

یادگار گرامی امام در جمع دانشگاهیان:

اندیشه امام گوهر نابی است که روز به روز درخشان‌تر می‌شود



راه‌اندازی نخستین خط تولید هورمون رشد با حضور رئیس جمهوری

صفحه ۲

* کسانی از آزاد اندیشی می‌ترسند که منطق خودشان را ضعیف می‌دانند

* اگر یقین داشته باشیم که اندیشه ما قابل دفاع است، از هیچ کس ترس و اهمه‌ای نخواهیم داشت

* هیچ کس عذری در سرباز زدن از ایجاد کرسی‌های آزاد اندیشی در محیط‌های دانشگاهی ندارد

* نباید تصور کنیم با ننگ داشتن این اندیشه‌ها در پستو

و جلوگیری از طرح مسائل می‌توانیم آنها را حفظ کنیم

* دکتر فاطمه طباطبائی: پیام عرفانی امام (ع) برای جهانیان

صلح، دوستی و رفع ظلم است

* همایش بین‌المللی عرفانی اسلامی، عمل و نظر، فردا

در هتل لاله تهران برگزار می‌شود

* رئیس دفتر مقام معظم رهبری: بی‌مهری‌ها به بیت امام

تازگی ندارد و بزرگان و ائمه ما از این بی‌مهری‌ها دانشند

صفحه ۲

رئیس مجلس در اختتامیه کنکره بزرگداشت آیت‌الله شهید سید مصطفی موسوی خمینی:

امام خمینی (ع) با مردم سالاری دینی مردم را بر سر نوشت خود حاکم کرد

* بخشی از فشارهای اقتصادی ناشی از تحریم‌ها مربوط به سوء مدیریت است

صفحه ۱۱

یادداشت سر دکترین

سلامت

علیرضا خانی

سلامت نخستین بایسته بشر برای تداوم حیات است و بر همین اساس و ضرورت، اولین وظیفه حکومت‌ها پس از برآورده کردن نان و آب مردم، تأمین سلامت عمومی است و اگر در جامعه‌ای میکروب و ویروس بیماری پخش و پاش شود، همه دستاوردهای قرون یکی پس از دیگری نیست و نابود می‌شود، چون بشر که نباشد، دستاورد معنایی ندارد.

اما سلامت در فرهنگ و زبان ما، تعبیری بسط است که ژرفای معنایی آن، گسترده‌تر از آلوده نبودن به ویروس‌ها و باکتری‌های بیماری‌زا است، بلکه پالوده بودن از هر نوع نارسایی اخلاقی و رفتاری است و عملکرد درست در هر مقام و موقعیت و جایگاه؛ فرقی نمی‌کند که نظام بانکی باشد یا در تأمین اجتماعی یا واریز شدن پول نقد به حساب شخصی افراد و ...

وقتی سلامت در جامعه‌ای، در هر سطحی آسیب ببیند غیر از اثرات وضعی آن، بزرگترین آسیب را بر اعتماد عمومی فرد فرد جامعه برجا می‌گذارد. آثار اقتصادی ناشی از کنش‌های متخلفانه و متقلبانه را شاید بشود به نیروی جبر و بازستاندن منابع بر باد رفته، جبران کرد و بازآفرید اما خدشه‌دار شدن اعتماد عمومی جامعه را دیگر نه با پول می‌شود جبران کرد و نه با شعار.

تخلفات گسترده در بورسیه‌های نظام آموزش عالی آخرین نمونه‌ای بود که در هفته گذشته افشا شد. از میان ۳ هزار بورسیه دکتري ۱۲۷۰ بورسیه با تخلف و تقلب اعطا شده بود و این امر وجدان جامعه دانشگاهی کشور را جریحه دار کرد. بسیار شگفت‌انگیز است که بورسیه دکتري که باید به افراد نخبه تعلق گیرد، در برخی موارد به کسانی اعطا شده بود که در دوره فوق لیسانس مردود شده بودند و معدل کمتر از ۱۴ داشتند و جالب‌تر که برخی از همین افراد که با رانت بورسیه دکتري گرفته بودند پس از آن با رانت عضو هیئت علمی دانشگاه شده‌اند؛ شده‌اند استاد دانشگاه!

دست بردن و تقلب در نظام آموزش عالی و کرسی‌های آموزشی، بدون شک برای جامعه علمی و دانشگاهی کشور، رفتار منزجر کننده و توجیه ناپذیری است، همان طور که برای مردمی که به نظام آموزش دولتی اعتماد دارند، چنین رویدادی می‌تواند شوک‌آور باشد.

معمولاً، خانواده‌هایی که از امکانات مالی مناسبی برخوردار نیستند و از اقتضای فقر و ضعیف جامعه محسوب می‌شوند و در نقاط دور افتاده کشور زندگی می‌کنند و از بسیاری از مواب و لذایذ زندگی در شهرهای بزرگ و برخوردار از امکانات بسیار، بی‌بهره‌اند به فرزندان خود امید می‌بندند که حال که از امکان مالی و مادی برخوردار نیستند، با نیروی خدادادی ذهنی و هوشمندی و ذکاوت و تلاش و کوشش و مهارت و سختی و رنجی که به خود می‌دهند، بتوانند در فضای رقابتی، از فرزندان خانواده‌های متمم و برخوردار جلو بزنند و بتوانند از آموزش رایگان و بورسیه تحصیلی، منگی بر همه شایستگی‌ها و زحمات‌های خود بهره‌مند شوند. این امر رویه روال قانونمندی داشت

تا آنجا که از ده‌ها سال پیش، برترین‌های علمی رشته‌های تحصیلی به خارج اعزام می‌شدند و حتی بسیاری از مبارزان و انقلابیون نیز که از اقتضای فقر جامعه بودند با استفاده از همین فرصت‌های تحصیلی برابر و منگی بر شایستگی، خود را تا سطوح بالای علمی ارتقاء داده بودند و توانسته بودند با استفاده از بورسیه در دانشگاه‌های اروپا و آمریکا، درس بخوانند.

بقیه در صفحه ۲

* «عبدالفتاح سیسی» ۹۶/۲ درصد آرا از مجموع ۲۵ میلیون رأی ریخته شده به صندوق‌ها را از آن خود کرد

* «حمدین صباحی» که ۳/۷ درصد آرا را کسب کرده بود، شکست خود را پذیرفت

صفحه ۱۶

واکنش جامعه دانشگاهی به تخلف گسترده

در اعطای بورسیه‌های دکتري

* ۱۲۷۰ نفر از مجموع ۳۰۰۰ دانشجوی بورسیه دکتري پذیرش، شرایط و صلاحیت لازم را نداشته‌اند

* سخنگوی کمیسیون آموزش و تحقیقات مجلس: کمیته ویژه‌ای برای بررسی پرونده دانشجویان بورسیه‌ای تشکیل شد

* دکتر مهدی احسان، عضو هیات علمی دانشگاه صنعتی شریف: دستگاه قضا باید با ورود به این پرونده با مسببان و متخلفان آن اشد برخورد را بکند

* دکتر نجفقلی حبیبی رئیس سابق دانشگاه علامه: اگر این افراد تقوادرند که انشاءالله دارند متوجه باشند حقوقی که در طول عمر خدمتشان خواهند گرفت نامشروع خواهد بود

* دکتر معینفر، عضو هیات علمی دانشگاه تهران: بورسیه شدن افرادی که شرایط لازم را نداشته منجر به ایجاد یاس و ناامیدی و حاشیه نشین شدن نخبگان شد

سریال تخلفات دولت دهم در دانشگاه‌های داخل کشور رخ داده اشاره کرد. اظهارات صدیقی، در دولت گذشته در میان ۳۰۰۰ دانشجویی که بدون تکمیل رسیده و رویای قبولی وزارت علوم پیش از ۱۲۷۰ نفر از مجموع سه هزار دانشجوی بورسیه دکتري که طی سال‌های ۸۸ تا ۹۲ بدون آزمون در دانشگاه‌های داخل پذیرش شده‌اند، شرایط و صلاحیت لازم را نداشته‌اند و خارج از روال پرس‌صنلی دوره دکترا نشسته و در آینده نزدیک نیز بر کرسی‌های عنوان هیات علمی کشور تکیه خواهند زد.

به گزارش ایسنا، معاون وزیر علوم و رئیس سازمان امور دانشجویان، چهارم خرداد ماه در یک نشست خبری از یک رانت بزرگ در عرصه علمی کشور در دولت دهم پرده برداشت و به پیروای از تخلفاتی که زیر عنوان بورسیه کردن این افراد

رئیس ستاد مشترک ارتش آمریکا:

حل دیپلماتیک مسأله ایران بهتر از گزینه نظامی است

* سخنگوی وزارت خارجه آمریکا: از هیچ تلاشی برای رسیدن به توافق با ایران فرو گذار نمی‌کنیم

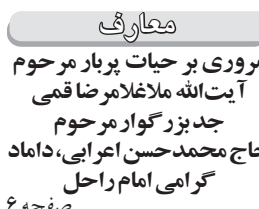
صفحه ۱۶

حمله توپخانه‌ای ارتش اوکراین به «اسلاویانسک» با ۲۰ کشته

* یک بیمارستان محلی کودکان و یک کلینیک هدف حمله خمپاره‌ای ارتش اوکراین قرار گرفت

* ۱۴ تن بر اثر حمله به بالگرد در تنش کشته شدند

صفحه ۱۶



اطلاعات سال ۱۳۴۸
فروردین - اردیبهشت
خرداد
هر DVD ۲۲۰۰ تومان

اطلاعیه کانون کارشناسان رسمی دادگستری استان تهران
رجوع به صفحه ۷

بسمه تعالی
ارتش جمهوری اسلامی ایران
نیروی زمینی

آگهی مناقصه عمومی دو مرحله‌ای شماره ۱۶۸

فرماندهی آباد و پشتیبانی نیروی زمینی ارتش در نظر دارد مقدار ۶۰۰/۰۰۰ کیلوگرم لیه مورد نیاز خود را برابر شرایط و مشخصات از طریق مناقصه عمومی خریداری نماید. لذا از کلیه شرکت‌ها دعوت به عمل می‌آید جهت شرکت در مناقصه و خرید اسناد مناقصه با واریز مبلغ ۳۰۰/۰۰۰ ریال به حساب جاری طلایی شماره ۵۱۵۱۵۷۸۲۱۲۰۰۷ بانک سپه به نام برگشت عواید ف و پش نراجا از تاریخ ۱۳۹۳/۰۳/۱۰ الی مورخه ۱۳۹۳/۰۳/۲۰ با ارائه اصل فیش واریزی و در دست داشتن معرفی‌نامه به نشانی زیر مراجعه و برگ شرایط و مشخصات مربوطه را اخذ نمایند.

آدرس: تهران، اقدسیه، ابتدای بزرگراه ارتش جمهوری اسلامی ایران، یادگان فرماندهی آباد و پشتیبانی نراجا، مدیریت تهیه و خرید
تلفن: ۲۶۱۲۳۴۵ - ۲۲۸۰۶۶۴۴

اطلاعیه
مزایده املاک

شرکت توسعه اموال سینا به نمایندگی از سوی سازمان اموال و املاک در نظر دارد تعدادی از املاک مسکونی، تجاری و اداری را در استانهای: **تهران، البرز و قزوین، اصفهان، آذربایجان شرقی، غربی و اردبیل، خوزستان، زنجان، مازندران، گیلان، خراسان رضوی و شمالی، مرکزی، کرمان، هرمزگان، یزد، فارس، بوشهر، گلستان** از طریق روزنامه های ذیل و در سایت سازمان به آدرس **www.amval_amlak.org** منتشر نماید.

اطلاعات امروز صفحات: ۱۷-۱۸-۱۹-۲۰

وزارت نیرو
شرکت های آب و فاضلاب استان آذربایجان شرقی

آگهی مناقصه عمومی
شماره ۴۶ سال ۱۳۹۳

شرکت آب و فاضلاب استان آذربایجان شرقی در نظر دارد عملیات مربوط به: مراقبت از مخازن و ایستگاه‌های پمپاژ و چاه‌های منطقه شبستر را از محل اعتبارات غیر عمرانی و از طریق مناقصه (عمومی) به پیمانکار واجد شرایط و دارای رتبه آب واکار نماید. لذا از کلیه واجدین صلاحیت دعوت می‌گردد ظرف مدت ده روز از تاریخ درج آگهی با در نظر گرفتن موارد ذیل، به آدرس تبریز - بلوار ۲۹ بهمن - جنب دانشگاه تبریز - امور قراردادها - تلفن: ۴۱۱.۳۳۰۲۰۹۱ - مراجعه و ضمن واریز مبلغ ۲۰۰۰۰ ریال به حساب جام شماره ۵۲۲۱۱۲۴۷۳۳ بانک ملت باجه آب و فاضلاب تبریز (کد شعبه ۱۳۴۷/۵) و ارائه فیش آن به امور قراردادها، اسناد مربوطه را متعاقب دریافت و در تاریخ قید شده در اسناد، پاکت خود را تحویل دبیرخانه شرکت نمایند.

بدیهی است شرکت در رد یا قبول هر یک از پیشنهادها مختار خواهد بود هزینه آگهی از برنده مناقصه اخذ خواهد شد.

الف) به پیشنهادهای فاقد امضاء، مشروط، مخدوش و پیشنهادهایی که بعد از انقضای مدت مقرر در فراخوان واصل شود، مطلقاً ترتیب اثر داده نخواهد شد.

ب) مبلغ برآورد اولیه معادل: ۱/۷۱۶/۰۰۰/۰۰۰ ریال می‌باشد.

ج) مبلغ سپرده تضمین شرکت در مناقصه معادل ۱۱۸/۳۸۰/۰۰۰ ریال می‌باشد.

د) سایر اطلاعات و جزئیات مربوط در اسناد مناقصه مندرج است.

ه) پیشنهاددهنده مکلف است معادل مبلغ سپرده تضمین‌های معتبر تسلیم یا مبلغ مذکور را به حساب بانکی شرکت واریز و حسب مورد ضمانت‌نامه یا رسید واریز وجه را ضمیمه پیشنهاد به شرکت تسلیم نماید.

به پیشنهادهای فاقد سپرده، سپرده‌های مخدوش، سپرده‌های کمتر از میزان مقرر، چک و نظایر آن ترتیب اثر داده نخواهد شد.

سایت **www.abfa-azarbajjan.ir**

شرکت آب و فاضلاب استان آذربایجان شرقی

سپرده حامی تیم ملی فوتبال ایران

اخذ اختصاص حداقل ۵۰٪ از سود سپرده به حساب حمایت از تیم ملی فوتبال ایران

شرکت در قرعه کشی **۳ عدد توپ طلا** به وزن یک کیلوگرم

عضویت سپرده گذاران در کانون هواداران حامی تیم ملی فوتبال ایران

برای کسب اطلاع بیشتر به شعبه‌های بانک پاسارگاد مراجعه فرمایید.
مرکز مشاوره و اطلاع رسانی: ۸۹ ۸۸ ۸۹ ۴۱ - **www.bpi.ir**

بسمه تعالی
ارتش جمهوری اسلامی ایران
نیروی زمینی

آگهی مناقصه عمومی شماره ۱۶۷

فرماندهی آباد و پشتیبانی نیروی زمینی ارتش در نظر دارد تعداد ۲۰۰/۰۰۰ طاقه کلاه کرکی مورد نیاز خود را از طریق مناقصه عمومی خریداری نماید، لذا از کلیه تولیدکنندگان و فروشندگان عمده دعوت به عمل می‌آید از تاریخ ۱۳۹۳/۰۳/۱۰ لغایت مورخه ۱۳۹۳/۰۳/۲۰ با در دست داشتن مدارک مشروحه ذیل، به آدرس زیر مراجعه و برگ شرایط و مشخصات مربوطه را اخذ نمایند.

۱- واریز مبلغ ۳۰۰/۰۰۰ ریال به حساب شماره ۵۱۵۱۵۷۸۲۱۲۰۰۷ نزد بانک سپه به نام برگشت از عواید دارای ف و پش نراجا.
۲- ارائه معرفی‌نامه کتبی.

آدرس: تهران - اقدسیه - ابتدای بزرگراه ارتش جمهوری اسلامی - یادگان فرماندهی آباد و پشتیبانی نراجا (پیروان ولایت) - مدیریت تهیه و خرید تلفن: ۲۲۲۹۳۴۴

تحصیل حق همه کودکان است.

با پرداخت ماهیانه مبلغی اندک، به جمع حامیان تحصیلی کودکان بی سرپرست پیوندیم.

دفتر مرکزی تهران: شهرک غرب (قدس) بلوار فرزانده، نرسیده به چهارراه دریا، خیابان صفاء، پلاک ۷۲
دفتر مرکزی تهران: ۸۸۵۶۱۸۳۶-۹ - ۸۸۵۶۱۸۳۶-۹ (شعبه مشهد: ۷۶-۰۷۵-۱۱۲۳۹۱)

www.Darolekram.com
sms:100001288

نمایش ۱۲ فیلم در چهارمین جشنواره فیلم و عکس بر آستان آفتاب

چهارمین جشنواره فیلم و عکس بر آستان آفتاب به مناسبت بزرگداشت امام خمینی (ره) از هفتم خردادماه سال جاری در برج میلاد تهران آغاز می‌شود.

به گزارش روابط عمومی انجمن سینمایی جوانان ایران، ۱۲ فیلم از تولیدات این انجمن با موضوع ابعاد مختلف زندگی امام خمینی (ره) بنیان‌گذار انقلاب اسلامی ایران، در این جشنواره به نمایش در می‌آید. بر پایه این گزارش، فیلم‌های «تاتارها حضور»، «آن شهر آسمانی»، «در جست و جوی نور» و «بلدرق شهادت» از ساخته‌های آریا خوبی، «فیدار» ساخته‌اکبر راسخ، «روح کاروان» ساخته مهدی غضنفری، «همین» ساخته لیلی عاج، «روشن تر از خورشید» ساخته امیر فیضی، «سرای بار» ساخته ایرج محمدی، «لحظه‌های ماندگار» ساخته حسین ستاره، «دست‌های نباش ساخته محمد خزاعی و «تصویر آفتاب» ساخته محسن وارسته از تولیدات انجمن سینمای جوانان ایران در این جشنواره به نمایش در می‌آیند. چهارمین جشنواره فیلم و عکس بر آستان آفتاب به همت ستاد مرکزی بزرگداشت حضرت امام خمینی (ره)، حوزه هنری، انجمن سینمای جوانان ایران، کانو، نشر و پوروش تکرری کودکان و نو جوان، برج میلاد تهران و موسسه تنظیم و نشر آثار امام (ره) از هفتم تا پانزدهم خرداد ماه سال جاری در برج میلاد تهران بر گزار می‌شود.

نمایشگاه سوگواره رنگ‌ها در برج میلاد برپا می‌شود

کارگاه آموزشی و نمایشگاه آثار نقاشی با نام “سوگواره رنگ‌ها” روزهای ۱۲ و ۱۳ خرداد در برج میلاد برپا می‌شود. به گزارش پایگاه خبری حوزه هنری، نمایشگاه “سوگواره رنگ‌ها” به همت مرکز هنرهای تجسمی حوزه هنری و با مشارکت ستاد مرکزی بزرگداشت امام خمینی (ره) متشکل از آثار نقاشی بهترین نقاشان ۱۳۰ استان کشور برپا می‌شود. همزمان در این برنامه دو روزه کارگاه‌های آموزشی نقاشی بر گزار می‌شود که علاقه‌مندان می‌توانند در این کارگاه‌ها با شرکت و در کنار استادان و هنرمندان در شرایط ایشان استفاده کنند.

از مهمترین بخشن بخش‌های این برنامه حضور حبیب‌الله صادقی در نمایشگاه است که به طوز زنده به خلق اثر می پردازد. حبیب‌الله صادقی از نقاشان شناخته شده در عرصه نقاشی با موضوعات دفاع مقدس و انقلاب اسلامی است که محسن مومنی شریف رئیس حوزه هنری درباره او می‌گوید: نقاشی انقلاب همواره تداعی گستر تلاش‌های افرادی چون حبیب‌الله صادقی است.شایان ذکر است این کارگاه و نمایشگاه روزهای یک شنبه و دوشنبه، ۱۱ و ۱۲ خرداداز ساعت ۹ صبح الی ۵ شب در برج میلاد تهران آماده استقبال از هنرمندان و علاقه‌مندان به هنر است.

بدرقه پیکر علی هاشمی، محقق و پژوهشگر بر شانه پیشکسوتان موسیقی



پیکر زنده یاد علی هاشمی، محقق و پژوهشگر، ظهر پنجشنبه در محوطه باز تالار وحدت با حضور عده‌ای از هنرمندان پیشکسوت موسیقی ایران و علی مرادخانی معاون هنری وزارت ارشاد و تئیتیب و به سوی بهشت زهرا (س) بدرقه شد.
به گفته شایع علی مسئول روابط عمومی انجمن پیشکسوتان، در مراسم تشییع مرحوم علی هاشمی، هنرمندان و شخصیت‌های فرهنگی از جمله علی مرادخانی، محمدرضا شجریان، فرهاد فرخ‌الدینی، شهرام ناظری، شاهرخ نادی و... به ذکر خاطراتی از این همیشه پیشاهنگ تر ورج هم مهر و دوستی بین هنرمندان پرداختند.
مراسم ختم زنده یاد علی هاشمی، عصر امروز از ساعت ۱۶ تا ۱۷/۳۰ در مسجد جامع شهرک شهرک غرب واقع در میدان صنعت ابتدای خیابان حسن سیف بر گزار می‌شود.

کیک تافتهی هفتگی

نمایش فیلم «در انتظار گودو» در خانه هنرمندان

فیلم «در انتظار گودو» در قالب نمایش هفتگی برنامه فیلم ـ تئاتر خانه هنرمندان، روز ۱۷ خرداداکران خواهد شد.

به گزارش خبرنگار ما، برنامه فیلم ـ تئاتر خانه هنرمندان هر شنبه در سالن سینما تک این مجموعه به نقد و بررسی فیلمی مرتبط با تئاتر برگزار می‌شود.

این برنامه که به مدیریت میرعلیرضا درویشی با ۲۰ اردیبهشت آغاز شده، آزاد است و برنامه ۱۷ خرداد آن درباره فیلم «در انتظار گودو» خواهد بود.

افتتاح فردوسی سرای ایران

مراسم افتتاحیه فردوسی سرای ایران با سخنرانی احمد مسجدجامعی رئیس شورای شهر تهران برگزار می‌شود. امروز ساعت ۱۷ مجموعه فرهنگی فردوسی سرای ایران با همت استاندار تهران، (روایتگر شاهنامه فردوسی) تأسیس شده و برنامه‌های فرهنگی و آموزشی منظمی را در جهت معرفی فرهنگ ملی و موزه‌های حکیم توس سامان خواهد داد.

مجمه‌سازان به خانه هنرمندان

ایران آمدند

خانه هنرمندان ایران میزان نمایشگاه گروهی انجمن مجسمه سازان است.

به گزارش روابط عمومی خانه هنرمندان ایران، نمایشگاه گروهی آزاد انجمن مجسمه‌سازان ایران از ۴ خرداد در نگارخانه‌های بهار، بستان و استاد نامی خانه هنرمندان ایران برپا شد. در این نمایشگاه ۳۵ اثر از هنرمندانی همچون: علی داری، زهرا عالی پور، رسول کافمی، فرهادین کاکارند، محمود براتی، سمیرا فرج، معرضا رضایی، لیلا سببانی و... در معرض دید و فروش قرار می‌گیرد. نمایشگاه گروهی انجمن مجسمه‌سازان تا ۱۱ خرداد هر روز از ساعت ۴ تا ۱۱ آماده دیدار علاقه‌مندان است.

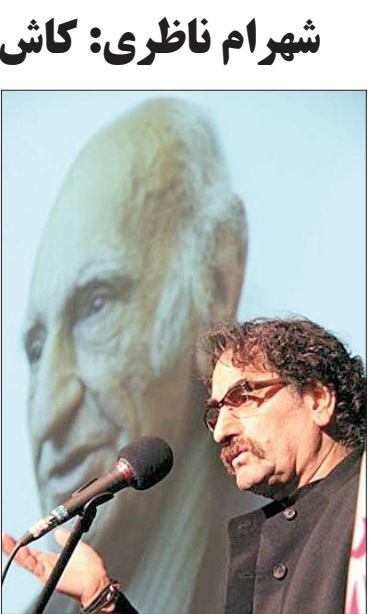
نقاشی‌های اکسپرسیونیتی

باران آزاد در گالری هنری

نمایشگاه نقاشی و ویدئو آرت باران آزاد با عنوان «الذت عکاسی» با وی پی‌ا، در حالی کار خود را در گالری مریم فصیحی هنری آغاز کرد که ۱۲۶ تا در قطع عکس‌های آتالوک را در آثار در قطع بزرگ فضای گالری را به خود اختصاص داد.

نمایشگاه لذت عکاسی با «وی پی‌ا» تا ۲۰ خرداد در گالری مریم فصیحی ادامه دارد و علاقه‌مندان برای دیدار از این آثار در ایام نمایشگاه می‌توانند هر روز از ساعت ۱۶ تا ۲۱ به این گالری واقع در خیابان دروس، خیابان وارسته، کوچه خبایان مراجعه کنند.

شهرام ناظری: کاش وقتی استادان بزرگ زنده‌اند، به یادشان باشیم



مراسم بزرگداشت استاد زنده یاد باستانی پاریزی با حضور شهرام ناظری و جمعی از استادان فرهنگ و هنر در فرهنگسرا ن آریسان تهران برگزار شد. در این مراسم حسن ناهید، محمد موسوی، نادر گلچین، مهدی ستایشگر و برخی هنرمندان نیز حضور داشتند.

به گزارش ایلام، مراسم بزرگداشت استاد باستانی پاریزی با سخنرانی شهرام ناظری شوالیه آواز ایران شروع شد. وی در بخش آغازین گفت: ای کاش وقتی که این استادان بزرگ زنده هستند به یاد آنها باشیم. چرا باید همیشه در هنگام مرگ و در مراسم بزرگداشت‌های پس از گذشت این استادان حضور پیدا کنیم؟

ناظری در بخش دیگری از سخنانش خاطر‌های

از شنیدن صدای نادر گلچین تعریف کرد و گفت: به یاد دارم روزی صدایی زیبا و بدون خش را از رادیو می‌شنیدم و پس از آنکه از طریق یکی از دوستانم صاحب آن صدا را جويا شدم و فهمیدم آن صدا متعلق به نادر گلچین است بسیار لذت بردم و خوشحال شدم. این استاد آواز در پایان سخنانش خود گفت: متاسفم از اینکه در مراسم‌های ختم و عزاداری گروهی می‌آییم و باید این حرف‌ها را بزنیم و با آنها را در دل نگه داریم. وقتی به من می‌گویند باید در این مراسم حضور پیدا کنم قبل شش فشار زیادی به من وارد می‌شود که چه می‌خواهم بگویم. شهرام ناظری پس از پایان سخنانش دقایقی را به یاد استاد باستانی پاریزی خواند.

در بخش دیگری از این مراسم—محمد موسوی از استادان بنام موسیقی ایران با بیان اینکه آشنایی‌اش با استاد باستانی پاریزی از سال ۷۰ آغاز شده بوده گفت: من بسیار از محبت‌های این استاد بزرگ استفاده کردم. من همیشه دوست دارم وقتی استاد بزرگی از اهالی فرهنگ و هنر از دنیا می‌رود بسر بالای پیکر او ساز بزنم و به نوعی به او ادای احترام کرده باشم.

او افزود: متأسفانه برای استاد باستانی پاریزی نیوانستیم به کرمان بروم و بر بالای پیکرش ساز بزنم اما حالا می‌خواهم به او ادای دینی کرده باشم. موسوی پس از این صحبت‌ها دقایقی را به نواختن نی به یاد استاد باستانی پاریزی پرداخت.

در ادامه این مراسم: نادر گلچین از استادان آواز ایران اظهار کرد: آشنایی من با استاد باستانی پاریزی به زمانی بازمی‌گردد که برای ابوالحسن صبا مراسمی را در رادیو برگزار کردم که در آن قطعه‌ای با آهنگسازی زنده یاد خالقی و شعر استاد باستانی پاریزی اجرا شند. وی افزود: بعدها که با

اخبار داخلی

شهرام ناظری: کاش وقتی استادان بزرگ زنده‌اند، به یادشان باشیم

نوشته‌ها و اشعار استاد باستانی پاریزی آشنا شدم بیشتر شیفته او کتشم و به او بیشتر علاقه‌مند شدم. نادر گلچین در پایان ابیاتی از اشعار استاد باستانی پاریزی دکلمه کرد.

در بخش دیگری از این مراسم دونوازی دو نفر از استادان موسیقی ایران و هند با حضور جواد بطحایی (ستور) و درشن آند (نوازنده سازهای کوبه‌ای) اجرا شد.

همچنین در بخشی از این مراسم مهدی ستایشگر از پژوهشگران عرصه موسیقی در سخنانش گفت: استادان بزرگ از کنار ما می‌روند و به سختی جایگزینی برای آنها پیدا می‌شود متأسفانه در چند وقت اخیر برای از دست دادن برخی از استادان خود عزادار شدیم.

وی ادامه داد: علاوه بر تمام خصوصیات که استاد باستانی پاریزی داشتند دو ویژگی در ایشان محسوس بود. ایشان دارای تقوای اخلاقی و روحیه جویس به برگزیدگان آثار منتخب نخستین جشنواره بین‌المللی نشانه نوشتهٔ پیامبر اکرم (ص) «برای فیلم

که این استاد بزرگ اهل باطن و معنویت بودند. ستایشگر ادامه داد: باید در مورد موسیقی یک کار اساسی در مورد استاد باستانی پاریزی انجام شود. با آنکه ایشان موسیقی را به صورت علمی بررسی نکردند اما در کتابهای ایشان شاهد ساختن تاریخ هستیم. امیدوارم یک بوجه مناسب برای کارهای پژوهشی و آموزش و پرورش در کشور برای توچه هر چه بیشتر به این اساتید بزرگ در نظر گرفته شود. او در پایان صحبت‌های خود قطعه شعری را تقدیم به استاد زنده‌یاد باستانی پاریزی کرد. همچنین در بخش دیگری از این مراسم حمید باستانی پاریزی فرزند زنده‌یاد باستانی پاریزی در سخنان کوتاهی یک دست‌نوشته را که مربوط به مقدمه نادرترین چاپ کتاب نئای هفت‌بند بود؛ خواند.



در شامگاه دوشنبه ۵ خرداد ۱۳۹۳، در آستانهٔ فرا رسیدن میعت نورانی پیامبر عظیم الشان عالم صلی‌الله علیه و آله و سلم، مجلس هستی، حضرت محمد مصطفی سیدالمرسلین و آله و سلم، مجلس گرم و نورانی‌ای برای تجلیل و اهدای جوایز به برگزیدگان آثار منتخب نخستین جشنوارهٔ بین‌المللی نشانه نوشتهٔ پیامبر اکرم (ص) «برای فیلم آقای حمید مجیدی، با عنوان «محمد رسول‌الله» (ص) در خانهٔ هنرمندان ایران بر گزار شد.

کنسرت مشترک فلاحی و یزدانی برای جانبازان

سالن همایش‌های برج میلاد تهران، شامگاه ۸ خرداد میزبان جمعی از جانبازان جبهه و جنگ بود که قرار بود شاهد اجرای رضا یزدانی و مازیار فلاحی باشند. این اجرا در حالی به روی صحنه رفت که تعداد زیادی از جانبازان با ویلچر در دینف اول سالن نشسته بودند و به همراه خانوادهاشیا نشان نظاره‌گر این اجرا بودند. در ابتدای این اجرا، مازیار فلاحی به روی

واکنش جامعه دانشگاهی به تخلف گسترده در اعطای بورسیه‌های دکتری

خواهند گرفت نامشروع خواهد بود. تحقیقی حبیبی با تأکید بر اینکه زمانی که پایه علم این افراد ضعیف است، نمی‌توان گفت تمام این افراد صد در صد موفق خواهند شد، گفت: این افراد خیال نکنند توان توانست‌اند از طریق رانت وارد دانشگاه شوند در این میان حق بسیاری ضایع شده است و اگر مومن و با ایمان باشند می‌دانند که این عمل خلاف فطرت اخلاقی و دینی است. حبیبی با اشاره به اینکه استخدام این افراد خسارت بزرگی به کشور وارد می‌کند، گفت: اگر این افراد عضو هیات علمی شوند دانشگاه‌ها خسارت بزرگی را متحمل خواهند شد. و وزارت علوم باید طی یک بررسی تسهیلی را که به آنها ارائه شده را بازپس گیرد.

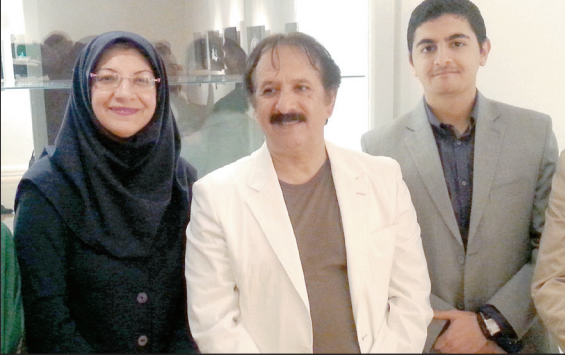
رئیس سابق دانشگاه علامه با اشاره به رویه برخورد قانونی با این گونه تخلفات افزود: قاعده قانونی این مساله این بوده که بازرسی کل کشور این مسائل را بررسی کند و اگر متوجه خلافی شد به قوه قضاییه ارجاع دهد تا مطابق موازین بر خورده شود اما اکنون نمی‌دانیم بازرسی کل کشور در این زمینه کاری انجام داده است یا خیر؟ سعید معینفر، جامعه‌شناس عضو هیات علمی دانشگاه تهران نیز از زاویه دیگری به بررسی پیامدهای ناگوار این مساله می‌پردازد و می‌گوید: بذهبی است باید برخورد شایدی صورت بگیرد تا دوباره شاهد این اتفاقات نبائیم، این تخلفی که صورت گرفته پیامدهای ناگوار در مدیریت و سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی کشور ایجاد کرده‌اند. ورود افرادی که حائز شرایط لازم نبوده‌اند دو تاثیر اساسی در جامعه خواهد گذاشت: تاثیر اول ایجاد باس و ناامیدی و حاشیه‌نشین شدن نخبگان کشور است زیرا کسانی که شایستگی‌هایی را به لحاظ علمی داشته‌اند و جزو شاگردان ممتاز و صلاحیت‌یافته بودند کنار گذاشته شده‌اند و افراد فاقد صلاحیت لازم جای آنها گرفته‌اند. تاثیر دوم افت علمی و عقب ماندگی تحصیلی است زیرا این افراد نهایتاً همانگونه که در بدو وقت از رانت استفاده کرده‌اند، از رانت‌های خود برای گرفتن کرسی‌های مدیریت و اجرایی در کشور نیز استفاده خواهند کرد و طبیعی است که فساد به وجود خواهد آمد و این اجحاف در حق ملت، علم و دانشگاه است.

بنابا به این گزارش، در شرایطی که تنها چند روز از اعدام متهم ردیف اول پرونده فساد سه هزار میلیاردی می‌گذرد نشانه قاعبت نظام و دستگاه قضا در برخورد با مفاسد است. معالیه و درخواست جامعه علمی کشور این است که پرونده بورسیه ۳۰۰۰ نفری نیز در اسرع وقت به دقت و با موضوعاتی بررسی و با متخلفان و مسببان آن اشد برخورد صورت گیرد.

شنبه ۱۰ خرداد ۱۳۹۳ - ۲ شعبان ۱۴۳۵ - ۳۱ مه ۲۰۱۴ - شماره ۲۵۸۸۵

تجلیل از سید مهدی محمدی، جوان ترین مترجم آثار اسلامی به زبان انگلیسی

شهرداری تهران (جایزه‌ای را به وی اعطا کردند. لازم به ذکر است سید مهدی محمدی که فقط بیست و سه سال دارد و دارای مدرک کارشناسی زبان و ادبیات انگلیسی است، به عنوان



مهدی محمدی، مجید مجیدی و فریده مهدی دامغانی

«جوان‌ترین مترجم آثار اسلامی» معرفی شد. او به نازکی کتاب «معاد» اثر شهید مطهری را نیز به زبان انگلیسی ترجمه کرده است.

کنسرت مشترک فلاحی و یزدانی برای جانبازان

کنسرت‌های پاپ با دیگر به برج میلاد بازگردند. این مراسم که به همت معاونت امور هنری، موسسه توسعه هنرهای معاصر برگزار شده بود، رضا یزدانی نیز به روی صحنه آمد و پس از دریافت لوح تقدیری قطعاتی را برای حاضران اجرا کرد. به گزارش ایستاد در این مراسم احمد مسجدجامعی رئیس شورای شهر تهران و علی مرادخانی معاون امور هنری وزارت ارشاد حضور داشتند.

انتشار فصلنامه ویژه قیام پانزده خرداد

فصلنامه مجازی شماره ۸ سابت ۱۵ خرداد حوزه هنری همزمان با سالروز این قیام خوین و تاثیر گذار در پیروزی انقلاب اسلامی منتشر می‌شود. به گزارش پایگاه خبری حوزه هنری، در تازه‌ترین فصلنامه ۵ خرداد که در سایت ۱۵ خرداد حوزه هنری منتشر می‌شود گستره این قیام در شهرهای مختلف کشور بررسی می‌شود. در این شماره از فصلنامه ۱۵ مقاله در رابطه با قیام ۱۵ خرداد و شهرهای مختلف کشور، معرفی ۶ کتاب تازه با موضوع ۱۵ خرداد و مصاحبه با محمد قبادی نویسنده یکی از مجله‌های روز شمار ۱۵ خرداد منتشر می‌شود. همچنین در این فصلنامه تصاویر کمتر دیده شده از قیام ۱۵ خرداد منتشر می‌شود.

عکاسان دفاع مقدس به موزه فلسطین می آیند

نمایشگاه عکس «خانه در آتش ۲»، یکشنبه ۴ خرداد، همزمان با روز مقاومت و پایداری افتتاح شده.به گزارش روابط عمومی فرهنگستان هنر، به مناسبت روز «مقاومت و پایداری» نمایشگاه عکس «خانه در آتش ۲» با همکاری اداره کل تبلیغات و مراکز فرهنگی بنیاد شهید و امور ایثارگران در موزه هنرهای معاصر فلسطین افتتاح می‌شود.این نمایشگاه شامل ۷۰ عکس از ۵۰ عکاس است که با نگاهی متفاوت به حمله رژیم صدام به مناطق مسکونی و تاسیسات زیربنایی ایران پرداخته‌اند.بخشی از این عکس‌ها در سال گذشته همین‌عنوان به نمایش درآمده بود.نمایش این آثار از یکشنبه چهارم خرداد ساعت ۱۷ در موزه هنرهای معاصر فلسطین برپا می‌شود و تا ۳۱ خرداد نیز ادامه دارد.علاقه‌مندان برای بازدید از این نمایشگاه می‌توانند به نشانی میدان فلسطین، خیابان شهید برادران مظفر، تقاطع خیابان بزرگمهر، شماره ۷۴ مراجعه کنند.

تعمید نمایشگاه «بیان و انتزاع»

«بیان و انتزاع» نمایشگاهی که اواسط اسفندسال گذشته در گالری پردیس ملت آغاز به کار کرده و تا به حال بیش از ۱۵۰۰۰ دیدارکننده داشته تا ۱۱ خرداد روی دیوار خواهد بود.نمایشگاه «بیان و انتزاع» که از شانزدهم اسفند در گالری پردیس ملت آغاز به کار کرده تا یازدهم خرداد تمدید شده است و علاقه‌مندان می‌توانند همه روزه از ساعت ۱۱ تا ۲۱ از این آثار در گالری پردیس ملت واقع در خیابان ولی عصر، بزرگراه نباش، بزرگراه کردستان، سینماگالری پردیس ملت، طبقه منفی دو دیدن کنند.



بانک پارسیان
(شرکت سهامی عام)
شماره ثبت ۱۷۸۰۲۸
شناسه ملی ۱۰۱۰۲۲۰۳۴۰۱

اطلاعیه پرداخت سود سهامداران حقیقی

با تصویب صورتهای مالی سال ۱۳۹۲ بانک پارسیان در مجمع عمومی عادی سالانه مورخ ۱۳۹۳/۰۳/۰۵ به استحضار سهامداران محترم بانک می رساند، تقسیم سود به ازاء هر سهم ۲۵۰ ریال به تصویب رسید، سهامدارانی که از قبل نسبت به اعلام شماره حساب خود نزد بانک پارسیان اقدام نموده اند بلافاصله از سوی مدیرعامل بانک پارسیان به میمنت عید میعت پس از تصویب (در روز برگزاری مجمع)، مبلغ سود سهام، در تاریخ ۱۳۹۳/۰۳/۰۵ به حساب سهامداران حقیقی واریز شد.

سود متعلق به آن بخش از اشخاص حقیقی سهامدار، که بصورت گروهی و از طریق شرکتها و موسسات و بنگاه های متبوع خود سهام بانک را قبلاً خریداری کرده اند در اختیار شرکتها و موسسات آنان قرار داده شد تا به طریق مقتضی به سهامداران پرداخت کنند.

سایر سهامداران برای دریافت سود سهام سال ۱۳۹۲ با تکمیل فرم زیر و ارسال آن به نامبر شماره ۸۸۳۶۷۳۰ یا از طریق پرتال سهامداری اقدام نمایند.

نام و نام خانوادگی	سهامداری	کد ملی	شماره حساب	نام بانک	کدشعبه	شماره شبا

نحوه پرداخت سود سهامداران حقوقی متعاقباً اعلام خواهد شد.

در صورت نیاز ، با شماره تماس ۹ – ۸۸۳۶۷۳۰ (اداره سهام) تماس حاصل فرمایید.

اداره سهام بانک پارسیان

پارسیان بانک ایرانیان

اروپا؛ هدف اصلی آمریکا در مناقشه اوکراین

■ ترجمه: فرسور محسن مسرت



درگیری اوکراین در ظاهر، درگیری غرب با روسیه به نظر می‌رسد؛ به این معنی که ایالات متحده آمریکا و اروپا می‌خواهند اوکراین را به اتحادیه با یکسانشدن و به این وسیله، مروج‌های اتحادیه اروپا و ناتو را تا مرزهای روسیه گسترش دهند و روسیه می‌خواهد نقشه آنها را خنثی کند، اما این واقعیت فقط نیمی از واقعیت است. برای دستیابی به همه واقعیت، باید به گذشته برگشت و در درجه اول، منطق نظام وحشت‌آمیز در دوران جنگ سرد را با دقت بیشتری بررسی کرد. نظام وحشت‌آمیز در اساس، بر نابودی هر دو طرف در صورت بروز یک جنگ اتمی استوار بود؛ یعنی کسی که جنگ اتمی را شروع کند، دومین کسی خواهد بود که نابود می‌شود. این نظام علیرغم مخاطراتش و اینکه حداقل در دوران بحران کره‌باد سال ۱۹۶۲ جهان را بطرف گدازانده است، هنوز هم به این معنی کار می‌کند، زیرا چند دهه از بروز یک جنگ اتمی جلوتر می‌ماند در عین حال ایستکی‌های اقتصادی، سیاسی و نظامی کشورهای اروپایی به دو ابر قدرت را که در دوران بعد از جنگ دوم جهانی در هر یک از دو بلوک موجود آمده بودند، نیز تثبیت کرد. در حالی که ایستکی‌های عمیق کشورهای بلوک غرب به ایالات متحده هیچ‌گاه به این صورت عریان نبود و نیست؛ بلکه تاکنون پشت پرده پنهان مانده است. روابط درونی بلوک شرق، آشکارا بخش‌ت‌پایه گذاری شده بودند؛ در حالی که آمریکا در مناقشه هسته‌ای با ایران از آن گونه ناکالاهایی هستند که به طرف آمریکایی داده می‌شود.

■ امنیت در ازای قدرت پول

نمونه‌های دیگر امتیازات ارائه شده به آمریکا از این قرائند:

■ موفقیت‌ناظر کاخ سفید، برای تعیین متصدیان همه پست‌هایی که برای سیاست‌های هژمونیک آمریکاحساس تلقی می‌شوند؛ از جمله راست‌های بانک جهانی، سازمان تجارت جهانی و در درجه اول صندوق بین‌المللی پول. ■ واداشتن تحولاتحیاهای اروپایی و آسیایی به خرید مقداری کلان دلار آمریکا به عنوان ذخیره ارزی در چارچوب نظام «برتن ووود» در واقع به منظور تثبیت موقعیت تعیین‌کننده دلار در مقام پول اول جهانی. ■ تحمیل نظام تقی‌ی آمریکایی به آنها مبنی بر خرید نفت از عریض‌نمای سعودی، که طی یک قرارداد پنهانی، خود را موظف به فروش نفت به دلار آمریکا کرده‌تابه این ترتیب، تقاضای فزاینده برای دلار بعد از فروپاشی نظام «برتن ووود» نیز تضمین شود.

■ تلاش برای تضعیف یورو، به وسیله صندوق‌های سرمایه‌گذاری آمریکایی.

■ وفادار کردن کشورهای اروپایی به شرکت در جنگ جهانی یالکان افغانستان، عراق، لیبی، جنگ داخلی سربیه (که برخی از آنها با حقوق بین‌الملل در تضاد محضی قرار داشتند). شرکت دادن اروپایی‌ها در سایر درگیری‌ها و بخصوص در حال حاضر در درگیری داخلی وکراین. ■ ایالات متحده توانسته به رغم کاهش روزافزون توان رقابت اقتصادی و کسری کلان تراز بازرگانی‌اش که از ۶۶ سال پیش بدون هیچ وقفه‌ای ادامه دارد، در طریق ابزارهای سیاسی و اقتصادی، دلار آمریکا را در مقام ارز

■ آمریکا نه فقط روند خلع سلاح هسته‌ای جهانی را متوقف کرد، بلکه موشک‌های دارای کلاهک اتمی مستقر در اروپا را نیز بنچیند؛ حتی بعد از فروپاشی پیمان ورشو. مسیر موشک‌های هدف‌گیر نشده به سوی شهرهای روسیه رابا هدف القای خطر موهوم حمله اتمی روسیه. تغییر نداد و با ایجاد چتر دفاع موشکی برای اروپا به مضحک‌ترین دلیل، یعنی خنثی کردن تهدید هسته‌ای ایران؛ به مسابقه تسلیحاتی جدیدی بین غرب و روسیه. دامن زدن به این تریب، وحشت اروپایی‌ها از «ششمن روس» را پس از جنگ سرد نیز حفظ کرد. تحت‌الحمایه‌های اروپایی و آسیایی خود را همچنان در ایستکی نظامی نگه دارد

برتر و هدایت‌کننده اقتصاد جهانی تثبیت و به این ترتیب، به ره بحران‌های اقتصادی‌اش به آسانی غلبه کند. همین رابطه مبتنی بر تسلط و دنباله روی که میان ایالات متحده و کشورهای تحت‌الحمایه‌اش برقرار است و امتیازهای زیاد برای ایالات متحده در داد و دهی توانایی عاقلانی کشور را برای اجرای خلع سلاح اتمی که در سال ۱۹۸۶ به‌اینکار گورباچف در «ریکونیک» به توافق ریکان رسیده بود تمامی مقامات جهان انتظار آن را داشتند؛ تا اندازه‌ای توضیح دهد، به طوری که می‌دانیم، اجرای این توافق پیش از آنکه آغاز شود، کنار گذاشته شد. اما باید نیست برای توجه به عمق پیامد‌های جلوتری از توافق خلع سلاح هسته‌ای، این سناریو را نیز مد نظر قرار دهیم و تصور کنیم که ایالات متحده پیشنهاد گورباچف، دایر بر نابود کردن همه سلاح‌های اتمی را رد می‌کرد و به آن تیر نمی‌زد. در این صورت، وحشت اروپایی غربی از تسلیحات اتمی روس‌ها به یکباره از بین می‌رفت؛ اروپایی‌ها بالاخره استقلال کامل بدست می‌آوردند و می‌توانستند با همه کشورهای از جمله روسیه به تجارت آزاد همگاری‌های مشترک گوناگون بپردازند. به این ترتیب، اروپایی‌ها می‌توانستند نیاز خود به نفت و گاز را برپایه اولویت‌های خودنمایش‌کننده، بر این اساس، که تجارت نفت ثابت به‌مخاطر منافع آمریکا برپا می‌دارد، انجام‌شود. اتحادیه اروپا و ژاپن با این ترتیب، سیاست مستقلی را نسبت به روسیه و کشورهای خاورمیانه در پیش می‌گرفتند و کشورهای اخیر نیز به نوبه خود، این امکان را یافتند تا از رقابت میان ایالات متحده، اتحادیه اروپا و ژاپن، برای تجارت و اقعاً آزاد و رفاه ملت‌های خود سود ببرند. دنیا به احتمال زیاد شاهد مسابقه تسلیحاتی کشورهای خاورمیانه و جنگ‌های بی‌شمارد در این دیار نیز بود و بشریت بعد از دوران جنگ سرد، با جهانی مرفه‌تر، محیط زیستی سالم‌تر و جنگ‌های کم‌تری روبرو می‌بود. در این صورت، اعمال قدرت آمریکا بر تحت‌الحمایه‌هایش یکباره می‌اث‌ر می‌شد.

روابط بین‌الملل

روابط بین‌الملل

■ منبع: مجله‌المانی زبان «اشترن آنلاین»

نجومی آن برای دیگران پیگیر شود و اهداف خود را به جهانیان تحمیل کند.

■ محاصره تحرک آمیز روسیه

ایمن رفتار ایالات متحده را می‌توان در رابطه با سیاست انرژی اروپا نیز به روشنی مشاهده کرد: از این منظر، وابستگی اروپا به نفت و گاز روسیه که در حال حاضر برای نفت ۲۰، برای گاز ۳۰ درصد است، پاینده حادقل تقلیل باید و بر عکس، وابستگی آن به صادرکنندگان خاورمیانه‌ای زیر نظارت آمریکا یا به خود آمریکا، با توجه به استفاده از فن آوری «مراکنیک» باید بیشتر شود. به همین دلیل، به کشورهای آسیای مرکزی که دارای ذخیره‌های قابل توجه نفت و گاز هستند، لقب «دوستان آمریکا» اعطا و قول عضویت در ناتو داده شد. در ازبکستان و جمهوری آذربایجان، حتی پایگاه‌های نظامی آمریکایی مستقر شدند. علیرغم این که طرح خط لوله‌انپاکو ابر اساس هر گونه معاری، غیر اقتصادی است، شرکت‌های بزرگ آمریکایی مایوریت یافتند این خط لوله را از آسیای مرکزی واز طریق جمهوری آذربایجان و ترکیه به اروپای غربی برسانند. هم‌زمان با این اقدام‌ها، کشورهای اروپای شرقی را به نزدیک شدن به اتحادیه اروپا و ناتو سوق دادند؛ و خود اتحادیه اروپا باید تاوان پیامدهای سیاست شش طرفه روسی آمریکا را بدهد؛ به این ترتیب به درگیری اخیر در اوکراین می‌رسیم. «ویکتوریا ناولاند»، رئیس بخش اروپا – آسیای وزارت خارجه ایالات متحده در دسامبر ۲۰۱۳ در برابر «بند» آمریکا وکراین، با افتخار بیان کرد که دولت آمریکا از سال ۱۹۹۱ تاکنون میلارد دلار برای رفاه و امور موزکرتبه کردن اوکراین سرمایه‌گذاری کرده است تا این کشور به اتحادیه اروپا نزدیک شود و شرایط عضویت در اتحادیه اروپا را بدست آورد. سیاستمداران اتحادیه اروپا که هنوز در جنگ دشمن تراشی دوران جنگ سرد بر آنان تسلط دارد، تنها سادساده بودند که به آسانی تن به اجرای اهدافی آمریکایی بدهند که به روشنی برای ایجاد شکاف عمیق میان روسیه و اتحادیه اروپا طراحی شده بود.

به این ترتیب، سیاست اوکراینی آمریکا فقط بصورت محدود، راه خلع سلاح هسته‌ای را در پیش نگرفت. ایالات متحده بر عکس آنچه که در سطر‌های بالا گفته شد، تنها روند خلع سلاح هسته‌ای جهانی را متوقف کرد، بلکه از اجرای خواست اکثریت اروپایی‌ها، یعنی برچیدن موشک‌های دارای کلاهک اتمی مستقر در اروپا نیز خودداری کرد؛ علاوه بر آن پس از فروپاشی پیمان ورشو نیز موشک‌های هدف‌گیری شده به سوی شهرهای روسیه را با هدف القای خطر موهوم حمله اتمی روسیه، برنچیند و مسیر هدف‌گیری آنها را تغییر نداد. آمریکائیان نیز با فرافتن و بی‌ایجاد چتر دفاع موشکی برای اروپا (که قراست است در لهستان و جمهوری چک مستقر شود)، به مضحک‌ترین دلیل، یعنی خنثی کردن تهدید هسته‌ای ایران؛ به مسابقه تسلیحاتی جدیدی بین غرب و روسیه دامن زد. اهداف استراتژی‌های آمریکا از این سیاست‌های پر مخاطره برای کل جهان چیست؟ یکی از مهمترین اهداف قابل توجه، این است که وحشت اروپایی‌ها از دشمن روس را که در دوران جنگ سرد ایجاد شده بود پس از جنگ سرد نیز زنده نگه‌داشته و تحت‌الحمایه‌های اروپایی و آسیایی خود را همچنان در وابستگی نظامی نگه دارد. قوانین سودجویی و خودپرستی، نه به دوست می‌شانند، نه دشمن، بلکه فقط منافع صاحبان قدرت را در نظر دارد. به همین منوال، آمریکا همچنان بدنبال این بوده است که منافع خود را در هر نقطه‌ای از جهان و حتی در قبال دوستان و متحدانش (این را پس از برنمایشدن شش‌دهای مخفیانه از طریق آژانس امنیت ملی ایالات متحده می‌توان قویاً ادعا کرد) بدون توجه به پیامدها و فوایع اعمال آن و به رغم خسارات

سرویس خارجی؛ واکنش مثبت «محمد نواز شریف»

نخست وزیر پاکستان برای سفر به دلهی نو و استقبال از شرکت در مراسم تحلیف «نارندرا مودی» نخست وزیر جدید هند، بیانگر عزم اسلام‌آباد برای بهبود روابط با دلهی نو از زبایی می‌شود. دفتر نخست وزیر پاکستان، دوروز پس از دریافت دعوت‌نامه دولت هند برای نواز شریف به منظور حضور در مراسم تحلیف نخست وزیر جدید این کشور، اعلام کرد که وی به دلهی نو سفر می‌کند و هدف از این بازدید، تلاش مجدد اسلام‌آباد در مسیر عادی سازی روابط با دلهی نو است. بر اساس برنامه ریزی وزارت خارجه پاکستان، نواز شریف در راس هیأت بلند پایه سیاسی پاکستان «سراج عزیز» مشاور ارشد نخست وزیر در امنیت ملی و امور خارجی، «طارق فاطمی» دستیار ویژه نخست وزیر، در امور خارجی و «اعجاز احمد چودری» قائم مقام وزارت امور خارجه پاکستان به دلهی نو سفر کردند. «شریف» علاوه بر گزری نخست‌های دو جانبه نخست وزیر جدید هند و رئیس جمهوری این کشور، با رهبران کشمیر تحت نظارت هند در محل سفارتخانه اسلام‌آباد در دلهی نو دیدار داشت. رسانه‌های پاکستانی با انعکاس گزارش‌های مختلف از سفر مثبت و سازنده شریف به هند و تحولات مرتبط با این بازدید، گزارش دادند که پاکستان و هند، ضمن کنار گذاشتن اختلافات، باید در راستای رفاه عمومی مردم دو کشور گام‌های موثری بردارند. مقامات پاکستانی بارها تأکید کرده‌اند که این کشور خواهان حل و فصل اختلافات باهند بوده و تلاش می‌کند که از طریق مذاکرات جامع و همگرای و فضای دوستی پابدری میان دو کشور ایجاد شود.

به مشاهده عملکرد گذشته دولت‌های پاکستان و هند در بحث عادی سازی روابط و زدودن فضای بی اعتمادی با هادف رفع مشکلات و چالش‌ها میان دو کشور، مسائل دیگری نیز وجود دارند که نه تنها دو کشور را به یکدیگر نزدیک نمی‌کنند، بلکه باعث می‌شوند تا تنش‌های گذشته، هر چند توسط یکبار دیگر یاد شوند، استقلال پاکستان را جدایی از هند در سال ۱۹۴۷ میلادی و سپس وقوع چند جنگ تمام عیار میان دو کشور، بر قایت در آزارش‌های اتمی و تراب موشک‌های بالستیک با قابلیت حمل کلاهک هسته‌ای، باز داشت ماهیگران در آب‌های آزاد، موضوع برداشت آرزوچه‌های امنی مشترک و همچنین مجوز ندادن برای ترانزیت کالای از روسوی دولت‌های وقت و تعلیق سیستم حمل و نقل زمینی برای مسافران و موضوعاتی است که باعث شده تاکنون روابط بین دو کشور پشیرت قابل توجهی نداشته باشد. همچنین مشکلات اخذ وارید تجاری، اقدامات تروریستی دردو کشور، قربانی شدن شهروندان پاکستانی و هندی، گرفتن انگشت اتهام به سوی اتحاد و دشمنی برای ایجاد شکاف عمیق میان روسیه و اتحادیه اروپا را دیگر دلایل عمده سردی روابط سیاسی و اقتصادی میان دو کشور هستند که منطقه جنوب آسیا محسوب می‌شود. این در حالی است که روابط هند و پاکستان طی چند دهه گذشته عموماً به با شش‌های متعددی همراه بوده، تنش‌هایی که حتی موجب صاف‌آرایی نیروهای نظامی دو کشور در منطقه مرزی شده است. با این حال در مقاطع مختلف، تلاش‌هایی نیز برای بهبود روابط هند و پاکستان از سوی سیاستمداران دو کشور و کشورهای ثالث به عمل آمده است. با این وجود مقامات دولت پاکستان ضمن استقبال از سفر نواز شریف به دلهی نو و دیدار با اناندرنا مودی نخست‌وزیر جدید هند، درگیری‌های درازمدت و جدی‌سازی روابط و توسعه همکاری‌ها با هند را در هیچ تالش‌ی جهت تحکیم روابط و گسترش همکاری‌ها با هند در هیچ تالش نمی‌کند.

■ سرگرمی و تفریح در پاکستان



■ * وزیر سابق امور خارجه پاکستان:

سفر «نواز شریف» به دلهی نو نوعی موفقیت در عرصه دیپلماسی برای دولت اسلام‌آباد محسوب می‌شود و فرصت پیش محسوب می‌شود و هند و پاکستان ضمن درک موقعیت ممتاز همسایگی، باید از فرصت پیش آمده برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را

نواز شریف به دلهی نو، نوعی موفقیت در عرصه دیپلماسی برای دولت اسلام‌آباد محسوب می‌شود و دو کشور ضمن درک موقعیت ممتاز همسایگی، باید از فرصت پیش آمده برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورند. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد.

نواز شریف به دلهی نو، نوعی موفقیت در عرصه دیپلماسی برای دولت اسلام‌آباد محسوب می‌شود و دو کشور ضمن درک موقعیت ممتاز همسایگی، باید از فرصت پیش آمده برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورند. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد.

نواز شریف به دلهی نو، نوعی موفقیت در عرصه دیپلماسی برای دولت اسلام‌آباد محسوب می‌شود و دو کشور ضمن درک موقعیت ممتاز همسایگی، باید از فرصت پیش آمده برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورند. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد.

نواز شریف به دلهی نو، نوعی موفقیت در عرصه دیپلماسی برای دولت اسلام‌آباد محسوب می‌شود و دو کشور ضمن درک موقعیت ممتاز همسایگی، باید از فرصت پیش آمده برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورند. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد.

نواز شریف به دلهی نو، نوعی موفقیت در عرصه دیپلماسی برای دولت اسلام‌آباد محسوب می‌شود و دو کشور ضمن درک موقعیت ممتاز همسایگی، باید از فرصت پیش آمده برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورند. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد.

نواز شریف به دلهی نو، نوعی موفقیت در عرصه دیپلماسی برای دولت اسلام‌آباد محسوب می‌شود و دو کشور ضمن درک موقعیت ممتاز همسایگی، باید از فرصت پیش آمده برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورند. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد.

نواز شریف به دلهی نو، نوعی موفقیت در عرصه دیپلماسی برای دولت اسلام‌آباد محسوب می‌شود و دو کشور ضمن درک موقعیت ممتاز همسایگی، باید از فرصت پیش آمده برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورند. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد.

نواز شریف به دلهی نو، نوعی موفقیت در عرصه دیپلماسی برای دولت اسلام‌آباد محسوب می‌شود و دو کشور ضمن درک موقعیت ممتاز همسایگی، باید از فرصت پیش آمده برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورند. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد.

نواز شریف به دلهی نو، نوعی موفقیت در عرصه دیپلماسی برای دولت اسلام‌آباد محسوب می‌شود و دو کشور ضمن درک موقعیت ممتاز همسایگی، باید از فرصت پیش آمده برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورند. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد.

نواز شریف به دلهی نو، نوعی موفقیت در عرصه دیپلماسی برای دولت اسلام‌آباد محسوب می‌شود و دو کشور ضمن درک موقعیت ممتاز همسایگی، باید از فرصت پیش آمده برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورند. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد.

نواز شریف به دلهی نو، نوعی موفقیت در عرصه دیپلماسی برای دولت اسلام‌آباد محسوب می‌شود و دو کشور ضمن درک موقعیت ممتاز همسایگی، باید از فرصت پیش آمده برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورند. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد. پاکستان باید از فرصت پیش آمده، برای توسعه همکاری‌ها و رفع اختلافات، استفاده بهینه را به‌بهره بیاورد.

هند و پاکستان ؛ تلاش مجدد برای عادی سازی روابط



به این توجه به سه جنگ تمام عیار بین هند و پاکستان و جنگ بزرگ مرزی «کارگیل» در سال ۱۹۹۹، زمان آن رسیده تا دو طرف با چشم‌پوشی از اختلافات دو جانبه، به فکر ثبات و امنیت کل منطقه باشند. تعمیق روابط بین دلهی نو و اسلام‌آباد، می‌تواند به صلح منطقه و گسترش همکاری‌های اقتصادی و ایجاد جایگاه مشترکی برای دو کشور، کمک فراوانی کند. از دیدگاه کارشناسان مسائل سیاسی پاکستان، حرکت اسلام‌آباد به سمت مذاکره با دولت جدید هند، تاحه سه‌گانه مهم یعنی شرایط داخلی هند و پاکستان، اوضاع بین‌المللی و رفتار مسئولان دستگاه سیاسی دو کشور است. از دهه ۱۹۷۰ به این سو اسلام‌آباد و دلهی نو به این نتیجه رسیدند که تا دوام رقابت و مسابقه تسلیحاتی به سود هیچ‌کدام نیست، چرا که در رقابت تسلیحاتی، منابع مالی فراوانی صرف می‌شود و در حالی که هند رووند توسعه درخش‌های دیگر، کند می‌شود؛ این نتیجه‌رسیدن که حرکت به سمت این انجام که تهدیدی جدید برای امنیت دو کشور است. پس از انجام آزمایش‌های اتمی در پاکستان، هند در سال ۱۹۹۸، در کشوری به این نتیجه‌رسیدن که حرکت به سمت نظامی‌گری و برخورداری از تسلیحات هسته‌ای نمی‌تواند برای این کشور هماغذ باشد. این واقعیت سیاستمداران پاکستان و هند، اوضاعی است که برای هند به سمت مذاکره و سازش سوق داده شده. در زمان کنونی، نخست‌وزیر پاکستان به موفقیت در عرصه سیاست خارجی نیاز دارد که یکی از این عرصه‌ها، بحث توافق بر مساله کشمیر است و این موضوع را دراست که بتواند در خصوص این مساله با دولت جدید دلهی، نوع همکاری قابل قبولی البته در راستای منافع کشورش داشته باشد.

کارشناسان امور سیاسی منطقه نیز معتقدند در دیپلماسی هند، حلقه اول باخلفه همسایگان یا تعبیری «خارج نزدیک» بسیار مورد توجه قرار دارد. از سوی دیگر، پاکستان نیز غالب این است که نواز شریف و این تفهان سیاسی، نباید از مسائل سیاست خارجی غافل بهمانند بر اساس این دیدگاه، دیدار نواز شریف و نارندرا مودی، می‌تواند مورد بودن آغاز دوباره مذاکرات جامع صلح برای دولت هند و کشور را تضمین کند؛ سوزی دیگر سبب توجه به بدبینی‌های هند نسبت به موجود دو جامعه پاکستان نیست به اهداف هند، به ویژه اینکه اکنون حزب ملی گرای «هاتاریا جاناتا» به قدرت رسیده، نباید توقع سریع و خوش بینانه‌ای از نتایج سفر نواز شریف به هند داشته‌تر؛ عوامل جناح‌های قدرت در دو کشور، باز جمله ارتش و سازمان‌های امنیتی، به دلیل مواضع غیر منصف در قبال مسائل مورد مناقشه، به ویژه کشمیر که هر دو ادعای مالکیت آن را دارند، تا مدتی برای بر سرپاوردن توسعه روابط هستند. در این حال، با توجه به استقبال زیادی که از سفر نواز شریف به هند و دیدار او با نارندرا مودی در محافل سیاسی و احزاب مختلف در پاکستان شد، این سفر می‌تواند روزنه‌ای روشن، اما مبنی بر کمک رنگ برای آغاز دوباره گفتگوهای جامع صلح برای حل موضوعات مورد مناقشه بین دو کشور باشد.

■ **آگهی دعوت به مجمع عمومی عادی سالانه**
شرکت تعمير و نگهداری انتقال برق خوزستان (سهامی خاص)
به شماره ثبت ۱۳۳۲۱ و شناسه ملی ۱۰۸۶۰۷۹۲۹۶۶
بدینوسیله از کلیه سهامداران و اعضای شرکت تعمیر و نگهداری انتقال نیرو خوزستان (سهامی خاص)، دعوت بعمل می‌آید جهت شرکت مجمع عمومی عادی به طور فوق‌العاده در تاریخ ۱۳۳۲/۰۳/۲۲ ساعت ۸ صبح به نشانی دفتر مرکزی شرکت واقع در اهواز-خیابان لشکر (شهید دافری) -جنب انبارهای شرکت توزیع برق خوزستان- روبروی تانکسی سرویس هما حضور بهم رسانند.
دستور جلسه مجمع عمومی فوق‌العاده:
۱-تغییر با اصلاح مفاد ماده ۱۶۸ و دیگر مواد اساسنامه شرکت
۲-تغییر آیین‌نامه داخلی شرکت
۳-سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی فوق‌العاده می‌باشد.
رئیس هیئت مدیره

■ **آگهی دعوت به مجمع عمومی عادی به طور فوق‌العاده**
شرکت تعمير و نگهداری انتقال برق خوزستان (سهامی خاص)
به شماره ثبت ۱۳۳۲۱ و شناسه ملی ۱۰۸۶۰۷۹۲۹۶۶
بدینوسیله از کلیه سهامداران و اعضای شرکت تعمیر و نگهداری انتقال نیرو خوزستان (سهامی خاص)، دعوت بعمل می‌آید جهت شرکت مجمع عمومی عادی به طور فوق‌العاده در تاریخ ۱۳۳۲/۰۳/۲۲ ساعت ۸ صبح به نشانی دفتر مرکزی شرکت واقع در اهواز-خیابان لشکر (شهید دافری) -جنب انبارهای شرکت توزیع برق خوزستان- روبروی تانکسی سرویس هما حضور به هم رسانند.
دستور جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق‌العاده:
۱-انتخاب مدیران
۲-تغییر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی عادی به طور فوق‌العاده می‌باشد.
رئیس هیئت مدیره

■ **آگهی دعوت به مجمع عمومی عادی سالانه**
شرکت کیش هایپرمارکت (سهامی خاص)
به شماره ثبت ۱۱۹۰ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۸۳۲۰
بدینوسیله از کلیه صاحبان سهام شرکت دعوت می‌شود در جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق‌العاده در تاریخ ۱۳۹۲/۰۴/۰۱ رأس ساعت ۱۵ در محل مجتمع هایپرمارکت می‌گردد شخصاً یا توسط نمایندگان خود با ارائه معرفی‌نامه یا وکالت‌نامه که با تأیید بازرسان هیئت مدیره و رسیدیه باشد، حضور به هم رسانند.
دستور جلسه:
۱-استماع گزارش هیئت مدیره و بازرس قانونی در خصوص عملکرد سال مالی منتهی به ۱۳۹۲/۱۲/۲۹
۲-انتخاب بازرس اصلی و علی‌البدل
۳-انتخاب روزنامه کثیرالانتشار جهت چاپ آگهی‌های شرکت
۴-سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی عادی می‌باشد.
هیئت مدیره

■ **آگهی دعوت به مجمع عمومی عادی سالانه**
شرکت کیش هایپرمارکت (سهامی خاص)
به شماره ثبت ۱۱۹۰ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۸۳۲۰
بدینوسیله از کلیه صاحبان سهام شرکت دعوت می‌شود در جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق‌العاده در تاریخ ۱۳۹۲/۰۴/۰۱ رأس ساعت ۱۵ در محل مجتمع هایپرمارکت می‌گردد شخصاً یا توسط نمایندگان خود با ارائه معرفی‌نامه یا وکالت‌نامه که با تأیید بازرسان هیئت مدیره و رسیدیه باشد، حضور به هم رسانند.
دستور جلسه:
۱-استماع گزارش هیئت مدیره و بازرس قانونی در خصوص عملکرد سال مالی منتهی به ۱۳۹۲/۱۲/۲۹
۲-انتخاب بازرس اصلی و علی‌البدل
۳-انتخاب روزنامه کثیرالانتشار جهت چاپ آگهی‌های شرکت
۴-سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی عادی می‌باشد.
هیئت مدیره

■ **آگهی دعوت به مجمع عمومی عادی شرکت تعاونی گلگون**
بدینوسیله از کلیه صاحبان سهام شرکت تعاونی گلگون دعوت می‌شود در جلسه مجمع عمومی عادی که در روز سه‌شنبه مورخ ۱۳۹۲/۰۴/۰۱ رأس ساعت ۱۵ در محل مجتمع گلگون تشکیل می‌گردد شخصاً یا توسط نمایندگان خود با ارائه معرفی‌نامه یا وکالت‌نامه که با تأیید بازرسان هیئت مدیره و رسیدیه باشد، حضور به هم رسانند.
دستور جلسه:
۱-استماع گزارش هیئت مدیره و بازرسان
۲-گزارش بیان سال ۱۳۹۲ و تصویب آن
۳-تصویب بودجه سال ۱۳۹۳
۴-تغییرات اعضاء و سرمایه
۵-تغییرات و تصویب برنامه اداری و استخدامی و مالی و مالیاتی
۶-انتخاب بازرسین به مدت یک سال مالی
۷-انتخاب هیات محاسب و بازرسان
۸-تصویب آیین‌نامه اداری و استخدامی
۹-تصویب آیین‌نامه مالی و حسابداری
۱۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۴-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۵-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۶-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۷-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۸-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۹-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۲۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۲۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۲۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۲۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۲۴-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۲۵-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۲۶-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۲۷-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۲۸-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۲۹-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۳۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۳۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۳۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۳۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۳۴-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۳۵-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۳۶-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۳۷-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۳۸-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۳۹-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۴۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۴۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۴۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۴۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۴۴-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۴۵-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۴۶-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۴۷-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۴۸-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۴۹-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۵۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۵۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۵۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۵۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۵۴-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۵۵-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۵۶-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۵۷-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۵۸-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۵۹-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۶۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۶۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۶۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۶۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۶۴-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۶۵-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۶۶-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۶۷-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۶۸-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۶۹-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۷۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۷۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۷۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۷۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۷۴-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۷۵-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۷۶-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۷۷-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۷۸-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۷۹-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۸۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۸۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۸۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۸۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۸۴-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۸۵-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۸۶-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۸۷-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۸۸-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۸۹-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۹۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۹۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۹۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۹۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۹۴-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۹۵-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۹۶-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۹۷-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۹۸-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۹۹-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۰۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۰۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۰۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۰۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۰۴-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۰۵-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۰۶-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۰۷-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۰۸-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۰۹-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۱۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۱۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۱۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۱۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۱۴-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۱۵-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۱۶-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۱۷-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۱۸-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۱۹-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۲۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۲۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۲۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۲۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۲۴-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۲۵-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۲۶-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۲۷-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۲۸-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۲۹-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۳۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۳۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۳۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۳۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۳۴-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۳۵-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۳۶-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۳۷-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۳۸-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۳۹-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۴۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۴۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۴۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۴۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۴۴-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۴۵-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۴۶-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۴۷-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۴۸-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۴۹-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۵۰-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۵۱-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۵۲-تصویب آیین‌نامه انضباطی
۱۵۳-تصویب آیین‌نامه انضباطی

آگهی مزایده املاک

شرکت توسعه اموال سینا به نمایندگی از سازمان اموال و املاک در نظر دارد تعدادی از املاک مشروحه ذیل را در تهران و سایر استانها از طریق مزایده عمومی و اگذار نماید. متقاضیان محترم می توانند از تاریخ ۱۳۹۳/۳/۲۷ الی ۱۳۹۳/۳/۲۷ همه روزه ساعت ۸/۳۰ صبح لغایت ۱۸/۳۰ به استثناء ایام تعطیل جهت اخذ اطلاعات و بازدید از محل و دریافت فرم شرکت در مزایده و ارائه پیشنهادات خود در تهران و استانها به دفتر مزایده ذیل مراجعه فرمایند.

- ❖ ۱- اخذ پакتهای پیشنهادی به همراه اصل چك بانكي به میزان ۵٪ قیمت پایه ملك مورد نظر طبق فرم شرایط شركت در مزایده همه روزه در ساعت تعیین شده قابل انجام است.
- ❖ ۲- بازگشایی پاكتهای پیشنهادی استان تهران در محل تهران :بزرگراه رسالت، نرسیده به آفریقا ساختمان مركزی بنیاد مستضعفان طبقه همكف وسایر استانها در مراكز استان روز چهارشنبه ۹۳/۳/۲۸ ساعت ۹/۳۰ صبح طبق برنامه زمانبندی انجام خواهد شد.
- ❖ ۳- در صورتی كه شرایط جوی برای انتقال پیشنهادها دریافت شده در تهران (پیشنهادات مربوط به استانها) به مراكز استانها میسر نگردد ،پاكتهای ساعت ۹ صبح روز چهارشنبه مورخ ۹۳/۳/۲۸ در محل ستاد شركت بازگشایی و توسط نمایر ارسال خواهد شد.
- ❖ ۴- شرایط فروش هریك از املاك ۹۰٪ نقد و ۱۰٪ زمان انتقال سند .
- ❖ ۵- پیشنهادات فاقد سپرده ویا مخدوش ومبهم ومشروط از درجه اعتبار ساقط و رعایت مفاد فرم شرایط شركت در مزایده كه از طریق دفتر فروش ارائه میگردد الزامی میباشد. امضا:پشت و روی فرم تقاضا ضروری است.
- ❖ ۶- هزینه محضر (حق الثبت،حق التحریر) بالمناصفه به عهده طرفین میباشد.
- ❖ ۷- شركت در مزایده واخذ اطلاعات فروش املاك كلیه استانها در تهران امکان پذیر است.
- ❖ ۸- اخذ اطلاعات از دفتر مزایده وبازدید از املاك لازم و ضروری میباشد.بدیهی است در صورت بازدید واخذ اطلاعات لازم مسئولیتی متوجه این سازمان نخواهد بود.
- ❖ ۹- ۱۰٪ مبلغ پیشنهادی در زمان انتقال سند ملكیت.
- ❖ ۱۰- ۱٪ رقم پیشنهادی به عنوان هزینه مزایده ، تقدأ دریافت می گردد.

استان تهران

[illegible]

ردیف	آدرس ملک / قطعه / پلاک ثبتی	عرضه مترمربع	اعیان مترمربع	نوع ملک (کاربری)	میزان مالکیت / توضیحات	قیمت پایه (ریال)
۶۶	کرج،عظیمیه،بلوار شریعتی خیابان حافظ جنوبی،نیش خیابان خسروی پروژه لادن پلاک ثبتی۱۳/۱۱۰۱۶/۱ (دوم شمال غربی)	قدرالسهم	۱۱۲/۳۸ مترمربع	آپارتمان مسکونی	ششدانگ، آپارتمان مذکور دارای کابینت آشپزخانه و برق و تلفن و یک واحد انباری و پارکینگ واسپلیت اختصاصی آب و گاز وشوفاژو آسانسور اشتراکی میباشد، تعیین مساحت قطعی و انتقال سند پس از اخذ صورتجلس تفکیکی خواهد بود، (در صورتیکه برای کل واحدها یک نفر متقاضی تقاضا ارائه نماید اولویت خریدبآنان متقاضی بوده وبنیاددر دسایرپیشنهادهامجاز میباشد)ک۶۶۳	۳/۷۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۶۷	کرج،عظیمیه،بلوار شریعتی خیابان حافظ جنوبی،نیش خیابان خسروی پروژه لادن پلاک ثبتی۱۳/۱۱۰۱۶/۱ (دوم جنوب شرقی)	قدرالسهم	۱۰۱/۸۷ مترمربع	آپارتمان مسکونی	ششدانگ، آپارتمان مذکور دارای کابینت آشپزخانه و برق و تلفن و یک واحد انباری و پارکینگ واسپلیت اختصاصی آب و گاز وشوفاژو آسانسور اشتراکی میباشد، تعیین مساحت قطعی و انتقال سند پس از اخذ صورتجلس تفکیکی خواهد بود، (در صورتیکه برای کل واحدها یک نفر متقاضی تقاضا ارائه نماید اولویت خریدبآنان متقاضی بوده وبنیاددر دسایرپیشنهادهامجاز میباشد)ک۶۶۴	۳/۴۹۰/۰۰۰/۰۰۰
۶۸	کرج،عظیمیه،بلوار شریعتی خیابان حافظ جنوبی،نیش خیابان خسروی پروژه لادن پلاک ثبتی۱۳/۱۱۰۱۶/۱ (دوم جنوب غربی)	قدرالسهم	۹۵/۵۹ مترمربع	آپارتمان مسکونی	ششدانگ، آپارتمان مذکور دارای کابینت آشپزخانه و برق و تلفن و یک واحد انباری و پارکینگ واسپلیت اختصاصی آب و گاز وشوفاژو آسانسور اشتراکی میباشد، تعیین مساحت قطعی و انتقال سند پس از اخذ صورتجلس تفکیکی خواهد بود، (در صورتیکه برای کل واحدها یک نفر متقاضی تقاضا ارائه نماید اولویت خریدبآنان متقاضی بوده وبنیاددر دسایرپیشنهادهامجاز میباشد)ک۶۶۵	۳/۱۶۰/۰۰۰/۰۰۰
۶۹	کرج،عظیمیه،بلوار شریعتی خیابان حافظ جنوبی،نیش خیابان خسروی پروژه لادن پلاک ثبتی۱۳/۱۱۰۱۶/۱ (سوم شمال شرقی)	قدرالسهم	۱۰۳/۴۹ مترمربع	آپارتمان مسکونی	ششدانگ، آپارتمان مذکور دارای کابینت آشپزخانه و برق و تلفن و یک واحد انباری و پارکینگ واسپلیت اختصاصی آب و گاز وشوفاژو آسانسور اشتراکی میباشد، تعیین مساحت قطعی و انتقال سند پس از اخذ صورتجلس تفکیکی خواهد بود، (در صورتیکه برای کل واحدها یک نفر متقاضی تقاضا ارائه نماید اولویت خریدبآنان متقاضی بوده وبنیاددر دسایرپیشنهادهامجاز میباشد)ک۶۶۶	۳/۴۱۰/۰۰۰/۰۰۰
۷۰	کرج،عظیمیه،بلوار شریعتی خیابان حافظ جنوبی،نیش خیابان خسروی پروژه لادن پلاک ثبتی۱۳/۱۱۰۱۶/۱ (سوم جنوبی)	قدرالسهم	۱۰۲/۰۵ مترمربع	آپارتمان مسکونی	ششدانگ، آپارتمان مذکور دارای کابینت آشپزخانه و برق و تلفن و یک واحد انباری و پارکینگ واسپلیت اختصاصی آب و گاز وشوفاژو آسانسور اشتراکی میباشد، تعیین مساحت قطعی و انتقال سند پس از اخذ صورتجلس تفکیکی خواهد بود، (در صورتیکه برای کل واحدها یک نفر متقاضی تقاضا ارائه نماید اولویت خریدبآنان متقاضی بوده وبنیاددر دسایرپیشنهادهامجاز میباشد)ک۶۶۷	۳/۳۶۰/۰۰۰/۰۰۰
۷۱	کرج،عظیمیه،بلوار شریعتی خیابان حافظ جنوبی،نیش خیابان خسروی پروژه لادن پلاک ثبتی۱۳/۱۱۰۱۶/۱ (سوم جنوبی)	قدرالسهم	۱۰۲/۷۱ مترمربع	آپارتمان مسکونی	ششدانگ، آپارتمان مذکور دارای کابینت آشپزخانه و برق و تلفن و یک واحد انباری و پارکینگ واسپلیت اختصاصی آب و گاز وشوفاژو آسانسور اشتراکی میباشد، تعیین مساحت قطعی و انتقال سند پس از اخذ صورتجلس تفکیکی خواهد بود، (در صورتیکه برای کل واحدها یک نفر متقاضی تقاضا ارائه نماید اولویت خریدبآنان متقاضی بوده وبنیاددر دسایرپیشنهادهامجاز میباشد)ک۶۶۸	۳/۳۸۰/۰/۰۰۰/۰۰۰
۷۲	کرج - خیابان دانشکده/ پلاک ثبتی ۱۵۷/۴۲۱	قدرالسهم	۲۰/۵۸ مترمربع	مغازه/تجاری	ششدانگ/ملکیت متعلق به بنیاد وملک در اختیار صاحب سرقفلی است لذا واگذاری با وضع موجود و بصورت شماع و وکالتی واخذ پائینکاروکیلپ هزینه ها بعهده خریدار میباشد-ک۲۰/۳۲/۵۸۸/۳۰	۱/۱۱۵/۰۰۰/۰۰۰
۷۳	کرج - خیابان دانشکده/ پلاک ثبتی ۱۵۷/۴۲۱	قدرالسهم	۶۲/۵۰ مترمربع	آپارتمان/ تجاری	ششدانگ/ملکیت متعلق به بنیاد وملک در اختیار صاحب سرقفلی است لذا واگذاری با وضع موجود و بصورت شماع و وکالتی واخذ پائینکاروکیلپ هزینه بابعهده خریدار میباشد-ک۲۰/۳۲/۵۸۸/۳۰	۳۷۹/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۷۴	کرج - خیابان دانشکده/ پلاک ثبتی ۱۵۷/۴۲۱	قدرالسهم	۱۰۹ زیر زمین/ تجاری	زیر زمین/ تجاری	ششدانگ/ملکیت متعلق به بنیاد وملک در اختیار صاحب سرقفلی است لذا واگذاری با وضع موجود و بصورت شماع و وکالتی واخذ پائینکاروکیلپ هزینه بابعهده خریدار میباشد-ک۲۰/۳۲/۵۸۸-۲	۹۹۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۷۵	کرج - خیابان دانشکده/ پلاک ثبتی ۱۵۷/۴۲۱	قدرالسهم	۳۲/۸۳ مترمربع	مغازه/تجاری	ششدانگ/ملکیت متعلق به بنیاد وملک در اختیار صاحب سرقفلی است لذا واگذاری با وضع موجود و بصورت شماع و وکالتی واخذ پائینکاروکیلپ هزینه بابعهده خریدار میباشد-ک۲۰/۳۲/۵۸۸/۱-۲	۱/۵۴۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۷۶	کرج - خیابان دانشکده/ پلاک ثبتی ۱۵۷/۴۲۱	قدرالسهم	۳۱/۰۶ مترمربع	مغازه/تجاری	ششدانگ/ملکیت متعلق به بنیاد وملک در اختیار صاحب سرقفلی است لذا واگذاری با وضع موجود و بصورت شماع و وکالتی واخذ پائینکاروکیلپ هزینه بابعهده خریدار میباشد-ک۲۰/۳۲/۵۸۸/۲-۲	۱/۵۴۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۷۷	کرج-عظیمیه- میدان اسپ-خیابان راوش -خیابان احسان شرقی-پلاک ۲۰طبقه اول شمال شرقی	قدرالسهم	۱۱۴ مترمربع	آپارتمان/ مسکونی	ششدانگ، آپارتمان مذکور دارای کابینت آشپزخانه و برق و تلفن و یک واحد انباری و پارکینگ واسپلیت اختصاصی آب و گاز وشوفاژو آسانسور اشتراکی میباشد، تعیین مساحت قطعی و انتقال سند پس از اخذ صورتجلس تفکیکی خواهد بود، (در صورتیکه برای کل واحدها یک نفر متقاضی تقاضا ارائه نماید اولویت خریدبآنان متقاضی بوده وبنیاددر دسایرپیشنهادهامجاز میباشد)ک۶۶۹	۳/۵۳۴/۰/۰۰۰/۰۰۰
۷۸	کرج-عظیمیه- میدان اسپ-خیابان راوش -خیابان احسان شرقی-پلاک ۲۰طبقه اول جنوب شرقی	قدرالسهم	۱۴۱/۹۰ مترمربع	آپارتمان/ مسکونی	ششدانگ، آپارتمان مذکور دارای کابینت آشپزخانه و برق و تلفن و یک واحد انباری و پارکینگ واسپلیت اختصاصی آب و گاز وشوفاژو آسانسور اشتراکی میباشد، تعیین مساحت قطعی و انتقال سند پس از اخذ صورتجلس تفکیکی خواهد بود، (در صورتیکه برای کل واحدها یک نفر متقاضی تقاضا ارائه نماید اولویت خریدبآنان متقاضی بوده وبنیاددر دسایرپیشنهادهامجاز میباشد)ک۶۷۰	۴/۴۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۷۹	کرج-عظیمیه- میدان اسپ-خیابان راوش -خیابان احسان شرقی-پلاک ۲۰طبقه دوم شمال شرقی	قدرالسهم	۱۱۴ مترمربع	آپارتمان/ مسکونی	ششدانگ، آپارتمان مذکور دارای کابینت آشپزخانه و برق و تلفن و یک واحد انباری و پارکینگ واسپلیت اختصاصی آب و گاز وشوفاژو آسانسور اشتراکی میباشد، تعیین مساحت قطعی و انتقال سند پس از اخذ صورتجلس تفکیکی خواهد بود، (در صورتیکه برای کل واحدها یک نفر متقاضی تقاضا ارائه نماید اولویت خریدبآنان متقاضی بوده وبنیاددر دسایرپیشنهادهامجاز میباشد)ک۶۷۱	۳/۶۴۸/۰/۰۰۰/۰۰۰
۸۰	کرج-عظیمیه- میدان اسپ-خیابان راوش -خیابان احسان شرقی-پلاک ۲۰طبقه سوم جنوب شرقی	قدرالسهم	۱۴۱/۹۰ مترمربع	آپارتمان/ مسکونی	ششدانگ، آپارتمان مذکور دارای کابینت آشپزخانه و برق و تلفن و یک واحد انباری و پارکینگ واسپلیت اختصاصی آب و گاز وشوفاژو آسانسور اشتراکی میباشد، تعیین مساحت قطعی و انتقال سند پس از اخذ صورتجلس تفکیکی خواهد بود، (در صورتیکه برای کل واحدها یک نفر متقاضی تقاضا ارائه نماید اولویت خریدبآنان متقاضی بوده وبنیاددر دسایرپیشنهادهامجاز میباشد)ک۶۷۲	۴/۵۴۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۸۱	کرج-عظیمیه- میدان اسپ-خیابان راوش -خیابان احسان شرقی-پلاک ۲۰طبقه سوم شمال شرقی	قدرالسهم	۱۱۴ مترمربع	آپارتمان/ مسکونی	ششدانگ، آپارتمان مذکور دارای کابینت آشپزخانه و برق و تلفن و یک واحد انباری و پارکینگ واسپلیت اختصاصی آب و گاز وشوفاژو آسانسور اشتراکی میباشد، تعیین مساحت قطعی و انتقال سند پس از اخذ صورتجلس تفکیکی خواهد بود، (در صورتیکه برای کل واحدها یک نفر متقاضی تقاضا ارائه نماید اولویت خریدبآنان متقاضی بوده وبنیاددر دسایرپیشنهادهامجاز میباشد)ک۶۷۳	۳/۷۶۲/۰/۰۰۰/۰۰۰
۸۲	کرج-عظیمیه- میدان اسپ-خیابان راوش -خیابان احسان شرقی-پلاک ۲۰طبقه سوم جنوب شرقی	قدرالسهم	۱۴۱/۹۰ مترمربع	آپارتمان/ مسکونی	ششدانگ، آپارتمان مذکور دارای کابینت آشپزخانه و برق و تلفن و یک واحد انباری و پارکینگ واسپلیت اختصاصی آب و گاز وشوفاژو آسانسور اشتراکی میباشد، تعیین مساحت قطعی و انتقال سند پس از اخذ صورتجلس تفکیکی خواهد بود، (در صورتیکه برای کل واحدها یک نفر متقاضی تقاضا ارائه نماید اولویت خریدبآنان متقاضی بوده وبنیاددر دسایرپیشنهادهامجاز میباشد)ک۶۷۴	۴/۶۸۲/۰/۰۰۰/۰۰۰
۸۳	کرج- عظیمیه - میدان اسپ - خیابان راوش - خیابان احسان شرقی - پلاک ۲۰طبقه پنجم شمال شرقی	قدرالسهم	۱۱۴ مترمربع	آپارتمان/ مسکونی	ششدانگ، آپارتمان مذکور دارای کابینت آشپزخانه و برق و تلفن و یک واحد انباری و پارکینگ واسپلیت اختصاصی آب و گاز وشوفاژو آسانسور اشتراکی میباشد، تعیین مساحت قطعی و انتقال سند پس از اخذ صورتجلس تفکیکی خواهد بود، (در صورتیکه برای کل واحدها یک نفر متقاضی تقاضا ارائه نماید اولویت خریدبآنان متقاضی بوده وبنیاددر دسایرپیشنهادهامجاز میباشد)ک۶۷۵	۴/۱۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۸۴	قزوین، جنوب بزرگراه، قریه بیدستان پلاک ۲۵ اصلی	۶۳۸۰/۷	وضع موجود	وضع موجود	مالکیت بنیاد نیم دانگ مشاع، لذا واگذاری با وضع موجود و کلیه هزینه ها و تعیین تکلیف متصرف بر عهده خریدار می باشد.	۳۴۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۸۵	۲۰۶۵۱/ ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۱۷/۵۰	زمین/تجاری	زمین/تجاری	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۲۹۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۸۶	۲۰۶۵۰/ ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه ۳)	۱۷/۵۰	زمین/تجاری	زمین/تجاری	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه ۳)	۲۹۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۸۷	۲۰۶۴۹/ ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۱۷/۵۰	زمین/تجاری	زمین/تجاری	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۲۹۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۸۸	۲۰۶۴۸/ ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۱۷/۵۰	زمین/تجاری	زمین/تجاری	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۲۹۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۸۹	۲۰۶۶۲/ ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۱۷/۵۰	زمین/تجاری	زمین/تجاری	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۲۹۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۹۰	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۱۷/۵۰	زمین/تجاری	زمین/تجاری	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۳۸۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۹۱	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۱۷/۵۰	زمین/تجاری	زمین/تجاری	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۳۱۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۹۲	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۱۷/۵۰	زمین/تجاری	زمین/تجاری	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۳۲۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۹۳	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۱۷/۵۰	زمین/تجاری	زمین/تجاری	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۳۲۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۹۴	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۱۷/۵۰	زمین/تجاری	زمین/تجاری	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۳۲۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۹۵	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۱۷/۵۰	زمین/تجاری	زمین/تجاری	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۳۳۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۹۶	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۱۷/۵۰	زمین/تجاری	زمین/تجاری	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۳۳۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۹۷	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۱۷/۵۰	زمین/تجاری	زمین/تجاری	قزوین شهر محمديه، پلاک ثبتی ۳۲/ فروروز و مجزی از ۱۶۰۲ و ۱۸۲۵ (قطعه۳)	۲۹۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۹۸	کرج- جاده ملارد- بعد از انبار نفت - مقابل مسجد پلاک ثبتی ۱۶۳/۱۰۵۸۶	۳۱/۲۰	مغازه-تجاری	مغازه-تجاری	ششدانگ-سرقفلی متعلق به غیر بوده و مورد واگذاری صرف ملکیت واحد تجاری فوق می باشد. شایان ذکر است که ملک موضوع فاقد پائینکار بوده لذا واگذاری با وضع موجود و نقل و انتقال بصورت شماع و وکالتی مورد نظر می باشد	۵۳۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰

استان اصفهان

۹۹	اصفهان- خ کاوه- خ استاد فلانوری - مجتمع تجاری اداری پاسارگاد- طبقه همکف واحد شماره ۳۲ ۱۵۱۸۲۱/۱۰۳۷۸	---	۳۹/۸۵	تجاری	ششدانگ-سرقفلی و ملکیت و داری پارکینگ	۲/۴۷۱/۰۰۰/۰۰۰
۱۰۰	اصفهان- خ آیت اله کاشانی - نیش چهارراه هفتم محرم (چهارراه وفایی) - مجتمع تجاری-پارکینگ پارک شهر- واحد ۱	---	۲۸/۱۴	مغازه تجاری	ششدانگ-سرقفلی و ملکیت و داری پارکینگ	۲/۳۲۲/۰۰۰/۰۰۰
۱۰۱	اصفهان- خ آیت اله کاشانی - نیش چهارراه هفتم محرم (چهارراه وفایی) - مجتمع تجاری-پارکینگ پارک شهر- واحد ۲	---	۲۹/۵۲	مغازه تجاری	ششدانگ-سرقفلی و ملکیت و داری پارکینگ	۲/۸۴۴/۰۰۰/۰۰۰
۱۰۲	اصفهان- خ آیت اله کاشانی - نیش چهارراه هفتم محرم (چهارراه وفایی) - مجتمع تجاری-پارکینگ پارک شهر- واحد ۵	---	۲۷/۹۷	مغازه تجاری	ششدانگ-سرقفلی و ملکیت و داری پارکینگ	۲/۸۰۷/۰۰۰/۰۰۰
۱۰۳	اصفهان- خ آیت اله کاشانی - نیش چهارراه هفتم محرم (چهارراه وفایی) - مجتمع تجاری-پارکینگ پارک شهر- واحد ۶	---	۲۸/۴۳	مغازه تجاری	ششدانگ-سرقفلی و ملکیت و داری پارکینگ	۲/۹۳۳/۰۰۰/۰۰۰
۱۰۴	اصفهان- خ آیت اله کاشانی - نیش چهارراه هفتم محرم (چهارراه وفایی) - مجتمع تجاری-پارکینگ پارک شهر - واحد ۱۷	---	۳۳/۶۰	مغازه تجاری	ششدانگ-سرقفلی و ملکیت و داری پارکینگ	۳/۳۳۳/۰۰۰/۰۰۰
۱۰۵	اصفهان- خ آیت اله کاشانی - نیش چهارراه هفتم محرم (چهارراه وفایی) - مجتمع تجاری-پارکینگ پارک شهر - واحد ۲۴	---	۶۰/۵۷	مغازه تجاری	ششدانگ- سرقفلی و ملکیت و داری پارکینگ	۸/۲۹۳/۰۰۰/۰۰۰
۱۰۶	اصفهان- خ آیت اله کاشانی - نیش چهارراه هفتم محرم (چهارراه وفایی) - مجتمع تجاری-پارکینگ پارک شهر - واحد ۲۹	---	۳۴/۶۷	مغازه تجاری	ششدانگ-سرقفلی و ملکیت و داری پارکینگ	۴/۸۴۳/۰۰۰/۰۰۰
۱۰۷	اصفهان- خ آیت اله کاشانی - نیش چهارراه هفتم محرم (چهارراه وفایی) - مجتمع تجاری-پارکینگ پارک شهر - واحد ۳۵	---	۳۳/۲۱	مغازه تجاری	ششدانگ-سرقفلی و ملکیت و داری پارکینگ	۵/۰۲۶/۰۰۰/۰۰۰
۱۰۸	اصفهان- خ آیت اله کاشانی - نیش چهارراه هفتم محرم (چهارراه وفایی) - مجتمع تجاری-پارکینگ پارک شهر - واحد ۳۸	---	۵۰/۷۰	مغازه تجاری	ششدانگ-سرقفلی و ملکیت و داری پارکینگ	۸/۲۶۷/۰۰۰/۰۰۰
۱۰۹	اصفهان- خ آیت اله کاشانی - نیش چهارراه هفتم محرم (چهارراه وفایی) - مجتمع تجاری-پارکینگ پارک شهر - واحد ۴۲	---	۴۰/۲۸	مغازه تجاری	ششدانگ-سرقفلی و ملکیت و داری پارکینگ	۶/۲۲۵/۰۰۰/۰۰۰

ردیف	آدرس ملک / قطعه / پلاک ثبتی	عرضه مترمربع	اعیان مترمربع	نوع ملک (کاربری)	میزان مالکیت/ توضیحات	قیمت پایه (ریال)
۱۱۰	اصفهان- منطقه صنعتی امیرکبیر- بلوک ۲ - شماره ۳۰ ۴۵۲/۳۱۴۷	۷۵/۷۱	۷۵/۷۱	۷۵/۷۱	ششدانگ- دارای خدمات اصلی شبکه آب، برق و محوطه سازی، برق۳ فاز ۲۵ آمپر	۳/۴۰۷/۰۰۰/۰۰۰
۱۱۱	اصفهان- منطقه صنعتی امیرکبیر- بلوک ۲ - شماره ۲۲ ۴۵۲/۳۱۴۳	۷۳/۸۲	۷۳/۸۲	۷۳/۸۲	ششدانگ- دارای خدمات اصلی شبکه آب، برق و محوطه سازی، برق۳ فاز ۲۵ آمپر	۳/۱۰۱/۰۰۰/۰۰۰
۱۱۲	اصفهان- منطقه صنعتی امیرکبیر- بلوک ۲ - شماره ۲۸ ۴۵۲/۳۱۴۶	۷۰/۸۵	۷۰/۸۵	۷۰/۸۵	ششدانگ- دارای خدمات اصلی شبکه آب، برق۳ فاز ۲۵ آمپر و محوطه سازی.	۲/۹۷۶/۰۰۰/۰۰۰
۱۱۳	اصفهان- منطقه صنعتی امیرکبیر- بلوک ۱ - شماره ۱۶ ۴۵۲/۳۰۲۱	۷۰/۳۰	۷۰/۳۰	۷۰/۳۰	ششدانگ- دارای خدمات اصلی شبکه آب، برق ۳ فاز ۲۵ آمپرو محوطه سازی.	۲/۹۵۳/۰۰۰/۰۰۰
۱۱۴	خمینی شهر - بلوار توحید - کوچه شهید یوسف پریشانی -کوچه شهید محمدحسن عموشاهی - نیش کوچه درب پخچال	۲۱۹/۳۶	---	زمین فرهنگی	مشاع(۲۸ حبه و چهار پنجم حبه مشاع از ۷۲ حبه ششدانگ)	۸۱۲/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۱۵	خمینی شهر - بلوار توحید - کوچه شهید یوسف پریشانی -کوچه شهید محمدحسن عموشاهی - نیش کوچه درب پخچال	۳۲۸/۵۷	---	زمین فرهنگی	مشاع(۲۸ حبه و چهار پنجم حبه مشاع از ۷۲ حبه ششدانگ)	۹۸۶/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۱۶	خمینی شهر - بلوار توحید - کوچه شهید یوسف پریشانی -کوچه شهید محمدحسن عموشاهی - نیش کوچه درب پخچال	۹۶/۵۷	---	زمین فرهنگی	مشاع(۲۸ حبه و چهار پنجم حبه مشاع از ۷۲ حبه ششدانگ)	۳۳۹/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۱۷	تيف آباد- اميرآباد- مجتمع مسكونی فهد محمدمنظری- پلاک ۱-۱۴۱ - قسمتی از ۴/۱۸۵۹ رقباعاده	۲۰۴	---	عرصه ساختمان مسکونی	مشاعی-مورد واگذاری عرصه ساختمان مسکونی میباشد- اعینانی و کلیه اشتراکات و متصرفات متعلق به متصرف و رفع تصرف بعهده خریدار می باشد.	۴۴۹/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۱۸	استان چهارمحال و بختیاری - شهرستان اردل - شلع جنوبی تربیت بدنی	۲۶۰۰	---	زمین محصور ورزشی	ششدانگ مجوز ماده ۲۸ بر اساس نامه شماره ۹۴/۲/۵۱۱۲۷۴۶ مورخ۱۳/۱۶/۸۹/۱ لیست پیوست نامه مذکور اخذ گردیده است	۱/۱۱۸/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۱۹	شاهین شهر- خیابان شهید میاد شیرازی- نیش فرعی ۱ خاقانی	۶۸/۲۴	---	زمین فضای سبز	مشاعی-ششدانگ ملک مذکور بمساحت ۲۴۰ متر مربع که مقدار ۱۷۱/۷۶ متر مربع از آن در طرح تعویض خیابان قرار گرفته و به شهرداری واگذار گردیده لذا باقیمانده ملک برابر با ۸/۲۴ متر مربع با کاربری فضای سبز موجود می باشد.	۵۱۲/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۲۰	شاهین شهر- خیابان شهید میاد شیرازی- نیش فرعی ۶ خاقانی	۱۴۸/۳۱	---	زمین فضای سبز	مشاعی ششدانگ ملک مذکور بمساحت ۴۱۰ متر مربع که مقدار ۲۶۱/۶۹ متر مربع از آن در طرح تعویض خیابان قرار گرفته و به شهرداری واگذار گردیده لذا باقیمانده ملک برابر با ۱۴۸/۳۱ متر مربع با کاربری فضای سبز موجود می باشد.	۱/۰۲۴/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۲۱	شاهین شهر - بلوار طالقانی - نیش فرعی۱۳۱۱۷۷	۶۴/۰۶	---	زمین مسکونی	مشاعی ششدانگ ملک مذکور بمساحت۱۲۳متر مربع که مقدار۲۴۷/۹۴متر مربع از آن در طرح تعریض خیابان قرار گرفته و به شهرداری واگذار گردیده است.	۹۶۱/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۲۲	شاهین شهر - بلوار طالقانی - نیش فرعی۶	۲۵/۸۵	---	زمین مسکونی	مشاعی ششدانگ ملک مذکور بمساحت ۱۲۳/۷متر مربع که مقدار۸۵/۸۵متر مربع از آن در طرح تعریض خیابان قرار گرفته و به شهرداری واگذار گردیده است.	۳۸۸/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۲۳	اصفهان- جاده خوزرق- جنب ورشگاه نقش جهان (اراضی سند آزاد خوزرق)	۴۹۰/۵	---	زمین کشاورزی	ششدانگ - فاقد آب زراعی	۴۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۲۴	اصفهان- جاده خوزرق- جنب ورشگاه نقش جهان (اراضی سند آزاد خوزرق)	۴۹۵	---	زمین کشاورزی	ششدانگ - فاقد آب زراعی	۳۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰

استان زنجان

۱۲۵	زنجان -کوی جانبازان - خیابان گلهای ۲- جانباز۳ پلاک ثبتی ۵۲۹۹/۸۴۹۳ بخش از زنجان	۲۱۶۰	۰	زمین آموزشی موسکونی و فرهنگي	ششدانگ --- هزینه آماده سازی و شهرداری بعهده خریدارمی باشد ملک دارای اصنامی واصلاتی بعهده خریدارمیباشد	۲/۱۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۲۶	خرمدره - شهرک گلدشت - قطعه۵۴۴ پلاک ثبتی ۳۸۸/۱ بخش زنجان	۱۸۰	۰	زمین موسکونی	ششدانگ - دارای پروانه احداث به تاریخ صدور ۸۹/۱۲/۱ بازنویسی ۳۳۴ مترمربع - هزینه آماده سازی و شهرداری بعهده خریدارمی باشد.	۴۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۲۷	خرمدره - شهرک گلدشت - قطعه۵۴۵ پلاک ثبتی ۳۸۸/۱ بخش زنجان	۴۰۰	۰	زمین موسکونی	ششدانگ - دارای پروانه احداث به تاریخ صدور ۸۸/۶/۱۴ بازنویسی ۳۶ مترمربع - هزینه آماده سازی و شهرداری بعهده خریدارمی باشد.	۴۳۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۲۸	خرمدره - شهرک گلدشت - قطعه ۵۴۷ پلاک ثبتی ۳۸۸/۱ بخش زنجان	۲۰۰	۰	زمین موسکونی	ششدانگ - دارای پروانه احداث به تاریخ صدور ۸۸/۶/۱۴ بازنویسی ۳۶ مترمربع - هزینه آماده سازی و شهرداری بعهده خریدارمی باشد.	۴۳۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۲۹	خرمدره - شهرک گلدشت - قطعه ۵۷۳ پلاک ثبتی ۳۸۸/۱ بخش زنجان	۱۸۰	۰	زمین موسکونی	ششدانگ - دارای پروانه احداث به تاریخ صدور ۸۹/۱۲/۱ بازنویسی ۳۳۴ مترمربع - هزینه آماده سازی و شهرداری بعهده خریدارمی باشد.	۴۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۳۰	خرمدره - شهرک گلدشت - قطعه ۵۰۸ پلاک ثبتی ۳۸۸/۱ بخش زنجان	۱۸۰	۰	زمین موسکونی	ششدانگ - دارای پروانه احداث به تاریخ صدور ۸۹/۱۲/۱ بازنویسی ۳۳۴ مترمربع - هزینه آماده سازی و شهرداری بعهده خریدارمی باشد.	۳۸۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۳۱	خرمدره - شهرک گلدشت - قطعه ۷۳۹ پلاک ثبتی ۳۸۸/۱ بخش زنجان	۲۰۰	۰	زمین موسکونی	ششدانگ - دارای پروانه احداث به تاریخ صدور ۸۸/۶/۹ بازنویسی ۲۶ مترمربع - هزینه آماده سازی و شهرداری بعهده خریدارمی باشد.	۴۱۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۳۲	خرمدره - شهرک گلدشت - قطعه ۵۷۱ پلاک ثبتی ۳۸۸/۱ بخش زنجان	۴۰۰	۰	زمین موسکونی	ششدانگ - دارای پروانه احداث به تاریخ صدور ۸۹/۱۲/۱ بازنویسی ۳۶ مترمربع - هزینه آماده سازی و شهرداری بعهده خریدارمی باشد.	۴۳۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۳۳	زنجان - هاشمشان - روستای غنی بگلو (علی آباد) پلاک ثبتی ۵۲۷/۳۰ سهم بنیاد	۲۵۷/۳۰ سهم بنیاد	۱۷۵ سهم بنیاد	عمارت	۲۳/۵ دانگ مشاع از ششدانگ -متصرف بعنوان شریک ششانی ۳۸/۳۶ پلاک مذکور میباشد.رفع تصرف یا خریدار است - اولویت خرید یا متصرف یا متصرفین میباشد	۲۲/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۳۴	زنجان -قیدار روستای آقاجری پلاک ثبتی ۵۲/۴ بخش ۵ زنجان	۹۱۴۸۴/۵۸	۰	زمین زغری (بیشه)	ششدانگ -متصرف دارد-دورزیر پروژه سد گلبر واقع شده است و رفع تصرف وتوافق با سازمان آب بر عهده خریدار میباشد- اولویت خرید یا متصرف و متصرفین است	۲/۸۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۳۵	زنجان -قیدار روستای آقاجری پلاک ثبتی ۵۲/۵ بخش ۵ زنجان	۴۸۸۳۰/۵۳	۰	زمین زغری (چمن خاتق)	ششدانگ -متصرف دارد-دورزیر پروژه سد گلبر واقع شده است و رفع تصرف وتوافق با سازمان آب بر عهده خریدار میباشد- اولویت خرید یا متصرف و متصرفین است	۹۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۱۳۶	زنجان -قیدار روستای آقاجری پلاک ثبتی ۵۲/۶ بخش ۵ زنجان	۱۱۲۶۷۶	۰	زمین زغری (چمن)	ششدانگ -متصرف دارد-دورزیر پروژه سد گلبر واقع شده است و رفع تصرف وتوافق با سازمان آب بر عهده خریدار میباشد- اولویت خرید یا متصرف و متصرفین است	۱/۱۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰

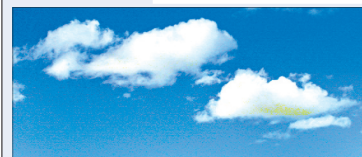


هر روز زندگی تان همین است. به خانه می آید و همسرتان را مشغول مصرف مواد غافل گیر می کنید؛ یا اینکه او را یک گوشه، افتاده در حال خلسه و هذیان پیدا می کنید. علاقه باعث می شود تا تلاش کنید همسرتان را اعتیاد را ترک کند. به نتیجه نمی رسید، هیچ چیز تغییر نمی کند و او هنوز معتاد است.

چه کار دیگری باید انجام بدهید؟ چه راهکاری در دنیا وجود دارد که به همسرتان کمک می کند تا اعتیاد را ترک کند؟ پاسخ کمی غافلگیر کننده است.

در صفحه ۶ بخوانید

... یک نگاه آسمانی



بار خدا یا به پیشگاهت عذر خواهم در حق ستمیده ای که در حضور من بر او ستم رفته. و من یاریش نمودم، و از احسانی که در حقم شده و شکرش را بجا نیاوردم، و از بد کنده ای که از من پوزش خواسته و عذرش را نپذیرفته ام، و از فقیری که از من حاجت خواسته و من خواست او را بر خواست خود ترجیح نداده ام، و از حق مؤمن حق داری که بر عهدام مانده و آن را ادا ننموده ام، و از عیب مؤمنی که بر من آشکار گشته و آن را نپوشانده ام، و از هر معصیتی که برایم پیش آمده و از آن دوری نجستم.

بارالها از همه آنها و از آنچه مانند آنهاست از حضرتت بادل آکنده از پشیمانی عذر می خواهم عذری که مراد آکنده از نظایر آنچه بر من گذشت باز دارد، پس بر محمد و آلش درود فرست، و پشیمانیم را بر لغزش هایی که گرفتارشان شده ام، و تصمیم را بر ترک گناهانی که برایم پیش آیند توبه ای قرار ده که برایم موجب عشق تو گردد، ای دوستدار توبه کنندگان.

دعای سی و هشتم صحیفه سجاده

خاطرات، پیشنهادها و نظرات خود را برای ما ارسال کنید
روی پاکت نامه بنویسید: مربوط به ضمیمه خانواده

ایمل ضمیمه خانواده روز نامه اطلاعات (ویژه خوانندگان)
khanevadeh@ettelaat.com
شماره تماس: ۲۹۹۴۵۸۱

... کتابخانه

خانواده

۱۲۸

ضمیمه خانواده روز نامه اطلاعات

شنبه ۱۰ خرداد ۱۳۹۳

شماره ۲۵۸۸۵

امام صادق (ع):

هر کس به شایستگی در حق
خانواده اش نیکی کند، عمرش
طولانی می شود.

کافی



چطور کودکی مرتب داشته باشیم؟

صفحه ۷

اگر آرامش سنگ را برگزیده ای پس تاب ناملایمات را هم داشته باش و محکم هر جایی که هستی آرام و قرار خود را از دست مده.

استاد این را گفت و بلند شد تا برود. مرد جوان که آرام شده بود نفس عمیقی کشید و از جابر خاست و مسافتی با استاد همراه شد.

چند دقیقه که گذشت موقع خدا حافظی مرد جوان از استاد پرسید: «شما اگر جای من بودید آرامش سنگ را انتخاب می کردید یا آرامش برگ را؟»

استاد لیخندی زد و گفت: من

تمام زندگی ام خودم را با اطمینان به خالق رودخانه هستی و به جریان زندگی سپرده ام و چون می دانم در آغوش رودخانه ای هستم که همه ذرات آن نشان از حضور یار دارد از افت و خیزهای هرگز دل آشوب نمی شوم و من آرامش برگ را می پسندم ...



بقیه سنگ ها قرار گرفت. استاد گفت: «این سنگ را هم که دیدی. به خاطر سنگینی اش توانست بر نیروی جریان آب غلبه کند و در عمق نهر قرار گیرد. حال تو به من بگو آیا آرامش سنگ را می خواهی یا آرامش برگ را؟»

مرد جوان مات و متحیر به استاد نگاه کرد و گفت: «اما برگ که آرام نیست. او با هر افت و خیز آب نهر بالا و پائین می رود و الان معلوم نیست کجاست! لاف سنگ می داند کجا ایستاده و با وجودی که در

بالا و اطرافش آب جریان دارد اما محکم ایستاده و تکان نمی خورد. من آرامش سنگ را ترجیح می دهم!»

استاد لیخندی زد و گفت: «پس چرا از جریان های مخالف و ناملایمات جاری زندگی ات می نالی؟»

آرامش سنگ یا آرامش برگ؟

مرد جوانی کنار نهر آب نشسته بود و غمگین و افسرده به سطح آب زل زده بود.

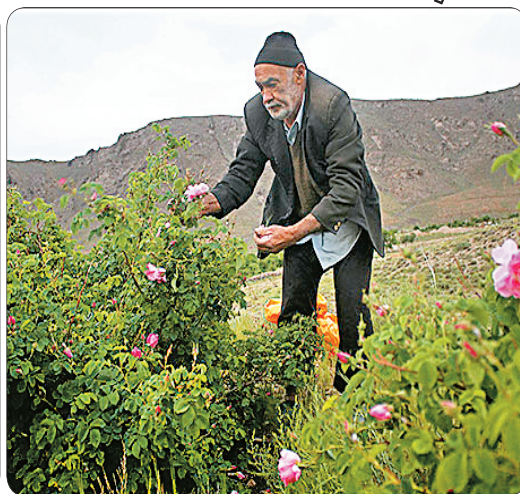
استادی از آنجا می گذشت. او را دید و متوجه حالت پریشانش شد و کنارش نشست.

مرد جوان وقتی استاد را دید بی اختیار گفت:

«عجیب آشفته ام و همه چیز زندگی ام به هم ریخته است. به شدت نیازمند آرامش هستم و نمی دانم این آرامش را کجا پیدا کنم؟»

استاد برگی از شاخه افتاده روی زمین را داخل نهر آب انداخت و گفت: به این برگ نگاه کن وقتی داخل آب می افتد خود را به جریان آن می سپارد و با آن می رود.

سپس استاد سنگی بزرگ را از کنار جوی آب برداشت و داخل نهر انداخت. سنگ به خاطر سنگینی اش داخل نهر فرو رفت و در عمق آن کنار



گلابگیری در قصر کاشان / عکس ها: مهر

تمنیات برساند، زیرا هیچ چیز با شرافت نفس برابری نمی‌کند و هرگز بجای عزت از دست داده، عوضی همانند آن نصیب نخواهد شد. فرزند عزیز، آزادگی را از کف مده و بنده و برده دگران مباحث که خداوند تو را آزاد قرار داده است. (الحديث - روایات تربیتی، ج ۲، ص ۲۷۳). امام حسن (ع) در ساعات آخر عمرش فرمود: «هرگاه بخواهی بدون داشتن قبیله «عزیز» باشی و بدون قدرت حکومت، هیبت داشته باشی، از سایه ذلت معصیت خدا بدر آی و در پناه عزت اطاعت او قرار گیر!» (بحار الانوار، ج ۴۴، ص ۱۳۹)

امام علی (ع) فرموده است: آن کس که واجد بزرگواری و کرامت نفس باشد تمایلات شهوانیش در نظر او خوار می‌آید. و نیز فرموده است: کسی که بشرف معنوی و کرامت نفس خود عقیده دارد با پلیدی گناه، خوارش نخواهد ساخت.

۳- رعایت تقوی

رسول اکرم (ص) فرموده است: آن کس که می‌خواهد عزیزترین مردم باشد باید از گناه اجتناب نماید و بتقوی و پرهیزکاری بپردازد.

امام علی (ع) فرمود: آن کس که دوست دارد بدون ثروت، غنی باشد و بدون سلطنت عزیز باشد و بدون عشیره و خانواده تنها نباشد البته باید از ذلت گناهکاری خارج گردد و به محیط عز اطاعت الهی وارد شود.

امام صادق (ع) فرموده است: کسی که می‌خواهد با نداشتن خویش و قوم، عزیز و محترم باشد، با نداشتن ثروت، غنی و بی‌نیاز باشد، با نداشتن مقام شامخ اجتماعی دارای ابهت و عظمت باشد، باید خویش را از ذلت گناه و ناپاکی محیط با عزت اطاعت الهی منتقل نماید. (الحديث)

۴- حسن خلق

امام علی (ع) فرمود: چه بسا عزیزی که خلق ناپسند بدلت و خویش افکنده و چه بسا ذلیلی که حسن خلق محبوب و عزیزش ساخته است. (الحديث)

۵- قطع طمع

حضرت سجاد (ع) فرمود: بنظر من جمیع سعادت و نیکی هادر اینست که آدمی از آنچه در دست مردم است قطع طمع و امید نماید.

امام صادق (ع) فرمود: عزت و شرف مؤمن در این است که از دگران مأیوس باشد و از آنچه در دست مردم است قطع امید نماید.

لقمان به پسر خود چنین گفت: فرزند عزیز همواره نفس خود را به اداء وظایف شخصی و انجام کارهای خویش الزام کن. و جان خود را در مقابل شدائدی که از ناحیه مردم می‌رسد به صبر و بردباری و ادار نما. اگر مایلی در دنیا به بزرگترین عزت و بزرگواری نائل شوی از مردم قطع طمع کن و به آنان امیدوار مباش. پیامبران و مهران الهی با قطع امید از مردم بمدارج عالی خود نائل شدند. (الحديث)



مصاحبه عزت نفسی در خانواده

او مرا مستخر خود کرده است. مسأله اصلی این است که انسان وقتی بر دیگران تسلط واقعی پیدا می‌کند که قلوبشان را تحت تصرف خویش در آورد.

گاهی اوقات شخص خیال می‌کند که عزت دارد. درحالی‌که این طور نیست. طالب چنین عزتی، اصلاً کاری به رضای الهی ندارد. چون می‌خواهد رضایت مخلوق را به دست آورد. تنه‌اره به دست آوردن عمل کردن طبق خواست و نظر مردم است. پایان و نتیجه این رفتار، ریاکاری و فریب کاری است. چون نمی‌تواند نظر همه مردم را به طور کامل جلب کند، لذا مجبور است آنها را نیز فریب دهد تا در دلشان همچنان جا داشته باشد. عزت حقیقی این است که فرد از نظر درونی رضایت، خشنودی و خواست خداوند متعال را جلب می‌کند و ذات الهی نیز به او عزت می‌دهد. یعنی قلب‌ها را مستخر او می‌کند.

مصاحبه عزت در خانواده

عزت در اصل آن حالتی است که انسان را مقاوم و شکست ناپذیر می‌سازد و مصادیق آن به شرح زیر است:

۱- بی‌نیازی

رسول اکرم (ص) فرمود: عزت مردم با ایمان در بی‌نیازی از مردم است و آزادی و شرافت در پرتو قناعت بدست می‌آید. (مجموعه ورام، ص ۱۶۹) امام علی (ع) فرموده است: گدائی طوق ذلتی است که عزت را از عزیزان و شرافت خانوادگی را از شریفان سلب می‌کند. (غرر لحکم، ص ۹۹)

۲- گناه نکردن

امام علی (ع) به فرزند خود حضرت مجتبی توفیه فرمود: نفس خوش را عزیز شمار و به هیچ پستی و ذناتی تن مده گر چه عمل پست، تو را به

و اگر می‌بینیم در بعضی از آیات قرآن «عزت» را علاوه بر خداوند، برای پیامبر ص و مؤمنان قرار می‌دهد «وَلِلَّهِ الْعِزَّةُ وَلِرَسُولِهِ وَلِلْمُؤْمِنِينَ» (منافقون، ۸)

به خاطر آنست که آنها نیز از پرتو عزت پروردگار کسب عزت کرده‌اند، و در مسیر طاعت او گام بر می‌دارند.

امام صادق (ع) فرمود: خدای تبارک و تعالی همه امور خود را به مؤمن واگذار کرده، ولی این که او خود را خوار کند به او واگذار ننموده، مگر ندیدی که خدای تعالی در قرآن کریم در این باره فرموده: «وَلِلَّهِ الْعِزَّةُ وَلِرَسُولِهِ وَلِلْمُؤْمِنِينَ» که به حکم این آیه مؤمن باید عزیز باشد، و ذلیل نباشد. (کافی، ج ۵، ص ۶۳)

و نیز به سند خود از مفضل بن عمر روایت کرده که گفت: امام صادق (ع) فرمود: سزاوار نیست که مؤمن خود را ذلیل کند. عرضه داشتم: به چه چیز خود را ذلیل کند؟ فرمود: به اینکه کاری را انجام دهد که در آخر مجبور به عذرخواهی شود (کافی، ج ۵، ص ۶۴)

سپس راه و وصول به «عزت» را چنین تشریح می‌کند: سخنان پاکیزه به سوی او صعود می‌کند و عمل صالح را او بالا می‌برد.

پاکیزگی سخن به پاکیزگی محتوای آن است، و پاکیزگی محتوا به خاطر مفاهیمی است که بر واقعیت‌های عینی پاک و درخشان تطبیق می‌کند، و چه واقعیتی بالاتر از ذات پاک خدا، و آئین حق و عدالت او، و نیکان و پاکانی که در راه نشر آن گام بر می‌دارند؟

لذا «الکلم الطیب» را به اعتقادات صحیح نسبت به مبدا و معاد و آئین خداوند تفسیر کرده‌اند.

عزت واقعی باید جاشنی محبت داشته باشد. لذا وقتی می‌گوییم: عزت را از عزیز است معنایش این است که

• مرضیه رجب تهرانی

عزت نفس به میزان ارزش، اعتبار و احترامی که شخص برای خود قائل است، اشاره دارد. بالاترین احساس عزت نفس پس از خودشناسی بدست می‌آید؛ که در این مرحله انسان با آگاهی از چیستی خود به عنوان یک روح جاودان به «بازی کسی شدن» پایان می‌دهد. دیگر برایش مهم نخواهد بود که او را مهم شمرند یا خیر، مهم بودن دیگر برای او اهمیتی نخواهد داشت. فرد دارای حرمت نفس از تلاش برای راضی نگه داشتن دیگران و مورد تأیید بودن و هم‌رنگ جماعت شدن فارغ است و دیگر نگران قضاوت افسرد دربار خود نخواهد بود. والدین اولین معلم فرزندان هستند که قادرند طعم آرامش را به فرزندان خویش بچشاند و به کمال برسانند. این نوشتار قصد بیان مصادیق عزت نفس و تأثیر آن در سعادت دنیا و آخرت را دارد.

عزت نفس در قرآن

در رابطه با عزت سه دسته آیه وجود دارد: دسته اول: آیاتی که عزت را مختص خداوند تبارک و تعالی می‌داند: «کسی که خواهان عزت است (باید از خدا بخواهد) که تمام عزت برای خدا است سخنان پاکیزه به سوی او صعود می‌کند، و عمل صالح را بالا می‌برد..... (فاطر، ۱۰)»

دسته دوم: آیاتی که عزت را هم برای ذات اقدس الهی و هم برای رسول و هم برای مومنین می‌داند: «و حال آنکه عزت مخصوص خدا و رسول و اهل ایمان است و لیکن منافقان از این معنی آگاه نیستند. (منافقون، ۸)»

دسته سوم: آیاتی که اختلاف بین دو دسته قبل را برطرف می‌کند: «بگو ای خدای صاحب ملک بهر که خواهی می‌دهی و ملک از هر که خواهی می‌ستانی، هر که را خواهی عزت بخشی و هر که را خواهی ذلیل می‌گردانی.» (آل عمران، ۲۶)

از این آیات فهمیده می‌شود که دو نوع عزت داریم: ذاتی و اعطایی.

عزت خداوند متعال ذاتی است و برای غیر خدا از ناحیه خداوند اعطا می‌شود.

از آنجا که تنها ذات پاک او است که شکست ناپذیر است، و گر نه همه مخلوقات به حکم محدودیتشان قابل شکستند، لذا تمام عزت از آن اوست، و هر کس عزتی کسب می‌کند از برکت دریای بی‌انتهای اوست. کسانی که عزت می‌خواهند از خدا بطلبند چرا که تمام عزت از آن خداست.

پیامبر (ص) فرمود: «پروردگار شما همه روز می‌گوید: منم عزیز و هر کس عزت دو جهان خواهد باید اطاعت عزیز کند!»

در حقیقت انسان آگاه باید آب را از سرچشمه بگیرد، که آب زلال و فراوان آنجاست، نه از ظروف کوچک و مختصری که هم محدود است و هم آلوده، و در دست این و آن می‌باشد.

پیشنهاد هفته

• آرزو رستم زاد

فصل امتحان‌ها رسیده و خیلی از خانه‌ها در جو امتحان زده این روزها، قرنطینه شده‌اند.

اما اگر قصد فرار از این فضای کسل‌کننده را دارید، بچه‌ها را به حال خود رها کنید و با همسر تان به گوشه و کنار شهر سری بزنید تا هم یاد روزهای دو نفره تان زنده شود و هم فرصتی برای گشت و گذار بهاری داشته باشید. ما هم برای شما پیشنهادهایی داریم که خواندنشان خالی از لطف نیست.

... پیشنهاد

متروپل

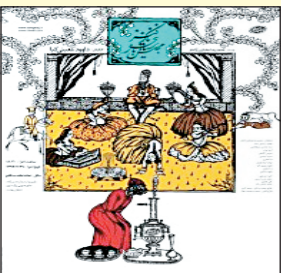


اگر سبک فیلم‌های کلاسیک فارسی را می‌پسندید و عاشق ماجراهای دراماتیک با حضور یک زن آسیب دیده و چند مرد باغیرت هستید، فیلم سینمایی متروپل که این روزها بر سدر سینماهای کشور به چشم می‌خورد گزینه خوبی برای تماشا است! فیلمی به تهیه کنندگی و کارگردانی مسعود کیمیایی که در آن بازیگرانی مثل مهناز افشار، محمدرضا فروتن، شقایق فراهانی، سحر دولتشاهی، پولاد کیمیایی، اکبر معززی، تینا پاکروان و... بازی می‌کنند. متروپل ماجرای زنی به نام خاتون را روایت می‌کند که در یک نیمه شب با سر و صورتی خونین و بی حال به یک باشگاه بیلبارد پناه می‌برد که دو دوست در آن مشغول بازی هستند...

فیلمنامه متروپل نوشته مسعود کیمیایی و عبدالرضا منجزی است و درباره عالم عشق و معرفت است. رفاقت و مردانگی به سبک همیشگی فیلم‌های کیمیایی، در «متروپل» نیز حضوری تام و تمام دارد.

... تماشای

مجلس سیاه بازی نازکنیز



تماشاخانه سنگلج از ۲۹ اردیبهشت ماه میزبان نمایشی سایه بازی به نام مجلس سیاه بازی نازکنیز شده است که قرار است تا ۳۰ خرداد هر روز عصر ساعت ۱۸:۳۰ روی صحنه برود. کارگردان این نمایش داوود معینی کیا است که آن را بر اساس نمایشنامه‌ای از

محمدرضا مختاری آزاد فرد ساخته و در آن بازیگرانی مثل محمدرضا مختاری آزاد فرد، مهدی رحیمی سده، شیرین کاشفی، آرزو نبوت، ندا اصغری، سمیرا سلیمی، محسن میرهاشمی، مهناز کرباس چیان، داوود معینی کیا، و داوود داداشی بازی می‌کنند. نمایش «مجلس سیاه بازی نازکنیز»، درباره دختری به نام حوری است که به دنبال راهی می‌گردد تا طلسم بخت خود را بگشاید و با دلدار خود «نعمت» ازدواج کند. همچنین بهای بلیت این نمایش ۱۰ هزار تومان است و برای دیدن آن باید به نشانی پایین تر از میدان حسن آباد، ضلع جنوبی پارک شهر، خیابان بهشت، تماشاخانه سنگلج مراجعه کنید.

قرار برفی

● زویا طاوسیان

● قسمت اول



آفتاب نبود. فقط سپیدی برف بود بی دریغ بارش. برای من مثل همیشه، لحظاتی که باد و دختر بچه دیگر قرار گذاشته بودیم هیجان داشت. هیجان قرار می‌مادر را مدرسه می‌باید برف.

نه سال بیشتر نداشتیم. قرار ساعت یک و نیم بعد از ظهر بود. کنار رودخانه که حالا بیشتر یخ زده بود و فقط مثل یک جوی باریک از میان یخ‌ها آب رد می‌شد.

آن روزها مدرسه ما صبح و بعد از ظهری بود. یعنی از ساعت ۸ تا ۱۱/۵، برنامه صبح داشتیم و ۲ تا ۴ بعد از ظهر هم برنامه عصر. فقط روزهای پنجشنبه عصر را مدرسه نمی‌رفتیم.

گاهی صبح تکالیف سرسام‌آوری برایمان تعیین می‌کردند و از ما می‌خواستند تا عصر آن را انجام دهیم. یعنی تا می‌رسیدیم خانه، تند تند ناهار می‌خوردیم و می‌نشستیم پای کارهایی که باید همان عصر تحویلشان می‌دادیم. آن زمان مادر در دبیرستان درس می‌داد و ساعت کارش از ۸ صبح تا ۲/۵ عصر بود. بنابراین من دیگر ظهر به خانه خودمان نمی‌رفتم. از در پشتی مدرسه، کنار رودخانه را می‌گرفتم و می‌رفتم به سمت بالا. خانه‌ای کوچک و دنج منتظرم بود، با عطر برف تازه دم. محصول درجه یک آشپزخانه مادر بزرگ‌نازنینم. سفره پهن بود. همیشه ماست و ترشی هم بود. گاهی هم سبزی. حتی توی چله زمستان مادر بزرگ که مادر صدایش می‌زد - صبح به صبح سبزی خوردم تازه از دایی احد محله می‌خرید.

دایی احد غریبه غریبه بود. اما سال‌ها بود که خود را دایی تمام اهل محل می‌خواند. از اطراف پاکدشت و ورامین سبزی می‌آورد. زمستان‌ها که آن طرف‌ها سبزی نبود، نمی‌دانم از کجا سبزی پیدا می‌کرد و یک روز در میان به میدان کنار امامزاده می‌رساند و زنان

محله را دور خودش جمع می‌کرد.

سبزی دایی احد و امامزاده و سفره با ترشی جاف‌شده... بماند. اما آن برف پیمایی‌های کودکی... سرشار از هیجان شکوه بود. اولین بار که با بچه‌ها قرار گذاشتیم، برف شدیدی گرفته بود. باید حتما خوراکی برمی‌داشتیم. این جزیی از قرار بچه‌گانه ما بود. گردهمایی بدون خوراکی اصلاً شکل نمی‌گرفت.

هیچ وقت پول تو جیبی نمی‌گرفتم. خوراکی هم به ندرت می‌خریدم. پس چیزی نداشتیم. ناهار هم که قابل بردن نبود: دم‌پختک خوشمزه‌ای بود که مادر لابه لایش قیسی خشک شده گذاشته بود و یک طعم ملسی گرفته بود که نگو!

با اشتهای زیاد ناهار را خوردم. از روی کلمات و ترکیبات تازه پنج بار نوشتیم. خط آخری به سبک خرچنگ قورباغه از کار درآمد.

مادر سجاده سبز قدیمی را پهن کرد. همان که از بین الحرمین خریده بود. همان که قصه‌اش را برایم گفته بود. هر وقت مادر از زیارت سه ماهه‌اش به عتبات حرف می‌زد، به نظرم افسانه‌ای دور می‌رسید. میان جنگ و غوغای خون که من سه ساله شاهدش بودم، میان آن همه درگیری و مارش نظامی که صفحه تلویزیون را پر کرده بود، سفر کربلای مادر در سال‌های دور دور آن هم وقتی مامانم را باردار بود، فقط به یک قصه می‌ماند. قصه‌ای که هرگز تکرار نمی‌شد. باور نداشتم یک روزی برسد که باز مردم به کربلا سفر کنند. آن قدر که جنگ، طولانی و بزرگ به نظر می‌رسید... مادر حسابی مشغول نماز و دعاهايش بود. از راه پله کوچک بالا رفتم. اتاق‌های طبقه بالا سرد و یخ زده

بود. کمد‌ها را گشتم. هیچ چیزی پیدا نکردم. برگشتم پایین. نوک دماغ و کف پایم یخ زده بود. توی اتاق شمالی خزیدم. پشت رختخواب‌ها، یخ دان آبی رنگ جابخوش کرده بود. نمی‌دانم چرا به صندوق‌های بزرگ سرجهای این پیرزن‌ها می‌گفتن: «یخ دان». این هم شد اسم؟

در سنگین یخ دان را بلند کردم و جعبه کوچکی از شیرینی دیدم. چند تا شیرینی زبان ته جعبه کوچک مانده بود. همه را برداشتم و توی یک کیسه فریزر چپاندم. مادر میان دو نماز بود و تسبیح می‌شمرد، که من کیف کوله شکلم را انداختم پشتم. دستکش‌های بافتنی بنفش به دست کردم و داد زدم: «خدا حافظ مادر جون!»

منتظر جواب مادر نشدم. در زرد رنگ خانه مادر بزرگ را محکم به هم زدم و توی برف شدید راه افتادم. اول رودخانه را بر خلاف مسیر به سمت مدرسه، به طرف بالا گرفتم. می‌خواستم بروم دنبال مهری - یکی از افراد گروه - خانه‌شان لب به لب رودخانه کنار حسینی محله قاضیان بود. زنگ را زدم. برادر بزرگش با شلوار ورزشی سبز و گرمکن مشکی در را باز کرد. از این که مرا آن‌جا می‌دید با آن حال و روز که مثل آدم برفی شده بودم تعجب کرد. چشم‌های و غ زده‌اش دور و برم را خوب نگاه کرد شاید کسی هم‌راهم باشد که نبود. مهری را صدا زد.

مهری تنها دختر این خانواده شلوغ بود. پنج برادر بزرگ داشت و خودش به تغاری بود. والته لوس و نازنازی. تادم در مادرش به همراهش آمد. کلاه کرم رنگ دستباف را تا روی ابروهایش کشیده بود. در

دستش چتر بسیار خوش رنگی دیدم. ما در میان برف راه افتادیم. این بار به سمت پایین رودخانه. سر پل امام زاده ایستادیم. زهره هم آمد. او هم مثل من چتر و کلاه نداشتم. سه نفری رفتیم. روی پل چوبی وسط رودخانه ایستادیم. خندیدیم بلند بلند. داد زدیم. و با جوی کوچک میان یخ‌ها شوخی کردیم. منتظر مریم بودیم که نیامد و نیامد. پس راه را گرفتیم و رفتیم. اگر همین طور ادامه می‌دادیم تا ده دقیقه دیگر به در پشتی مدرسه می‌رسیدیم.

محموله‌ها توی کیفمان بود. باید ترتیبشان را می‌دادیم. کنار رودخانه سمت چپ یک باغ بزرگ بود با دیوارهای بلند و کاهگلی و دری چوبی که دو تا کلون داشت، مردانه و زنانه. از آن درهای عتیقه بود که با همه کوچکی ام حدس می‌زدم بیش از پنجاه شصت سال از عمرش می‌گذرد.

سمت راست دیوار کاهگلی یک عالمه الوار ریخته بودند. تنه‌های قطور از درختان تبریزی که گویا مدت‌ها پیش بریده بودند و روی هم گذاشته بودند آن‌جا.

میان الوارها تا دیوار کاهگلی به اندازه نیم متر فاصله بود. فاصله‌ای که با برف پر شده بود. آن‌جا را سنگر مخفی نامیدیم و پناه بردیم پشت الوار و نشستیم میان برف تمیز. سرما و سرخی بینی و یخ زدگی نوک انگشتان را فراموش کرده بودیم.

شیرینی‌های زبان را من گذاشتم وسط. مهری مشتی پسته و نخودچی و کشمش درآورد و البته چند تادانه توتک اعلا که دستپخت خاله بزرگش بود. زهره یک ساندویچ دستش بود. نانی که لایش گوشت کوبیده گذاشته بود. سه قسمتش کرد. برای من و خودش و مهری. مثل آدم‌های قحطی زده که بهترین خوراکی‌ها را پیدا کرده باشند، مشغول خوردن شدیم. بعد به سمت مدرسه دویدیم.

زنگ آهنگی را با چکش کهنه می‌زدند که رسیدیم، با صورت‌های سرخ و لبهای سیاه و روپوش‌های خاکستری خیس و گلی.

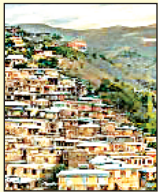
همه بچه‌ها از دیدن ما چشمشان گرد شد. مریم تا ما را دید، دوید و گفت: «نتونستم بیام. مامانم فهمید... اجازه نداد که بیام. خوش گذشت؟»

برایش با آب و تاب از سنگر زمستانی مان گفتم. مریم آه کشید. بخار آتش به دماغ یخ زده‌ام خورد و کمی حس گرما برآیم ساخت. یادم به لباس خیس افتاد و سراغ بخاری رفتم تا کنار زهره و مهری خودم را جا کنم. توی آن دو هفته که میان برف و آفتاب و باران و گل، هرچه خوراکی داشتیم، برمی‌داشتیم و پشت الوارها می‌خوردیم، چه قدر خوش می‌گذشت!

اما یک روز مهری مریض شد و دیگر نیامد. زهره هم گفت که مادرش فهمیده که او زودتر می‌زند بیرون و غذا از قابلمه‌اش می‌رود. حسابی دعوایش کرده بود و بعد هم زود آمدنش ممنوع شد. من تنها شدم.

... گشت و گذار

روستای کنگ



روستای پلکانی کنگ در ۱۹ کیلومتری غرب طرقله و ۲۹ کیلومتری مشهد قرار دارد و آخرین روستا در محور دره رودخانه کنگ است که از طریق یک جاده آسفالت به روستای نغندر و سپس شهر طرقله و از آنجا به شهر مشهد مرتبط می‌شود و ماسوله‌ای دیگر را از دوران قبل از اسلام به نمایش می‌گذارد. قدمت «کنگ» به پیش از اسلام بازمی‌گردد؛ این روستای تاریخی با معماری پلکانی در کنار تمامی جاذبه‌های فراوان، دارای درختان میوه و داروهای گیاهی است.

مهمترین درخت میوه در این روستا درخت گیلاس و آلبالوست و همچنین در ارتفاعات این منطقه گیاهان دارویی نظیر پرسیاوشان، خاکشیر، گل‌گاوزبان، گیاهان باشتکی گل سفید و صورتی که به زبان محلی به آن‌ها «خارکوله» و نوعی گیاه شبیه به گل‌گلایل که در زبان محلی به آن‌ها «سرشک» می‌گویند یافت می‌شود.

.. گالری

حیات وحش سرخه حصار

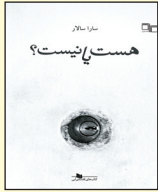


پایتخت نشینی که در شرق تهران گشت و گذار می‌کنند می‌توانند یکی از همین روزها سری به موزه حیات وحش سرخه حصار بزنند که در دل این پارک جنگلی قرار دارد. نمایشگاه حیات وحش

سرخه حصار در ۱۳۷۶، توسط سازمان حفاظت از محیط زیست گشایش یافت. این موزه دارای مساحتی حدود ۹۰۰ مترمربع و ۴۰۰ مترمربع زیر بنا، دارای ۱۲ غرفه نمایش و ۳۵۰ مترمربع فضای اداری و ۱۵۰ مترمربع سالن آمفی تئاتر است. این نمایشگاه دو بخش در یک طبقه دارد. سالن نمایش فیلم که در آن پخش اسلاید، برگزاری جلسات و همایش‌ها و نمایش فیلم صورت می‌گیرد و نمایشگاه حیات وحش که در آن می‌توانید نمونه تاکسیدرمی شده پستان‌داران، پرندگان، خزندگان و دوزیستان و نمونه‌هایی از حشرات، کانی‌ها و سنگواره‌ها (فسیل) و هرباریوم گیاهان خشک شده و بذر گیاهان را ببینید. این نمایشگاه همه روزه از ۸ الی ۱۵:۳۰ به جز روزهای جمعه دایر است.

... کتابی

هست یا نیست



برای خواندن یک کتاب دلنشین با نثری زنانه، رمان «هست یا نیست» را به شما پیشنهاد می‌کنیم. تازه‌ترین اثر «سارا سالار» که توسط نشر چشمه منتشر و روانه کتابفروشی‌ها شده است. رمان اول

سالار با نام «احتمالاً گم شده‌ام» برنده‌ی جایزه‌ی بخش رمان اول «بنیاد گلشیری» شده بود و حالا رمان دوم او هم در حال‌وهوایی مشابه می‌گذرد. هست یا نیست روایت زندگی زنی است در آستانه‌ی چهل سالگی که ما در ۳۹ سالگی‌اش با او مواجه می‌شویم و همراه او چند مرحله از زندگی‌اش را بازخوانی می‌کنیم؛ گاهی از گذشته و گاهی هم از حال و از روزهایی که به چهل سالگی نزدیک می‌شود. دوره‌ای که اولین سال‌های میان‌سالی را آغاز می‌کند و در آن وقایع متعددی را پشت سر می‌گذارد. راوی داستان او برای بیان درگیری‌هایش با روزمرگی، مرگ، ازدواج و خیانت، گاهی «من» است و گاه «سوم شخص». هست یا نیست ۱۸۴ صفحه دارد و به قیمت ۹ هزار تومان فروخته می‌شود.

...دنیای شیرینی

پنکیک موز

پنکیک‌ها صبحانه‌های خوبی برای بچه‌های بد غذا هستند. اما اگر می‌خواهید پنکیک تان کمی رژیمی‌تر باشد، این دستور را انتخاب کنید.

● مواد لازم:

یک پیمانه	آرد سفید
دوسوم پیمانه	آرد سبوس دار
نصف قاشق چای خوری	نمک
۲/۵ قاشق چای خوری	بیکنینگ پودر
۲ قاشق غذاخوری	شکر
یک و نیم پیمانه	شیر
۲ عدد	موز کوچک

● روش تهیه:



موز را ساطوری کرده و کنار بگذارید. آرد گندم، آرد سبوس دار، نمک، شکر و بیکنینگ پودر را در یک کاسه بزرگ با هم مخلوط کنید، سپس شیر و موز را به آن اضافه کرده و کاملاً هم بزنید تا خمیر

نسبتاً شلی به دست آید. خمیر را به مدت نیم ساعت در یخچال بگذارید تا سرد شود. حالا یک تابه نجسب سایز متوسط را با اسپری روغن کمی چرب کنید و روی شعله متوسط داغ کنید. یک چهارم پیمانه از خمیر پنکیک را در تابه ریخته و به طور یکنواخت پخش کنید. هر دو طرف پنکیک را سرخ کرده و در صورت تمایل آن را با موز حلقه شده تزئین کرده و به صورت داغ سرو کنید. اگر این پنکیک رژیمی برای تان کم شیرین است، می‌توانید روی آن عسل بریزید.

...آشپزی خانگی

آش ترش

این آش غذای محلی مازندران است که پختن آن را به دوستداران غذاهای محلی توصیه می‌کنیم. در گذشته مرسوم بوده که در این آش از ۴۰ نوع گیاه استفاده کنند و آن را در مان همه امراض بدانند اما امروز به تنها سبزی‌های مرسوم آش بسنده می‌شود.

● مواد لازم:

۱ لیوان	باقلائی تازه
۱ لیوان	لوبیا سفید
۱ لیوان	عدس
نصف لیوان	برنج نیم دانه
۱ لیوان	سیر خرد شده
۴۰۰ گرم	سبزی آش
به مقدار لازم	شکر و رب انار



● طرز تهیه:

حبوبات را از قبل خیس کرده و چند بار آب آنها را عوض کنید. سبزی آش را شسته و خرد کنید و کنار بگذارید. حبوبات را در قابلمه ریخته و با آب زیاد به قدری بپزید که حبوبات پخته و له شوند. سپس برنج نیم دانه را اضافه کنید و پس از ۱۵ دقیقه سبزی‌های خرد شده را هم روی آن ریخته و حرارت را کم کنید تا آش با در باز بگذارد بجوشد. سیرها را همراه مقداری نمک در روغن تفت دهید تا طلایی شوند. وقتی آش جا افتاد چند قاشق شکر و مقداری رب انار و نصف سیر داغ‌ها را اضافه کنید و ۱۵ دقیقه دیگر بگذارید بپزند. سپس آن را درون کاسه بکشید و با نصف دیگر سیر داغ تزئین کنید. میزان شکر و رب انار این آش بستگی به سلیقه و طبع شما دارد و باید تا اندازه‌ای اضافه شوند که آش طعم ترش و شیرینی داشته باشد.



را آب بکشید و داخل آنها را با مایه گوشتی پر کرده و در قابلمه مناسبی ردیفی بچینید. کلاهک بادمجان‌ها را روی آنها قرار دهید و با دو فنجان آب گوجه‌فرنگی، بگذارید روی حرارت ملایم بپزد. اگر دلمه‌ها باین مقدار آب نپختند، می‌توانید مقداری آب به قابلمه اضافه کنید، تا بادمجان‌ها به خوبی بپزند اما باید مراقب باشید که بادمجان‌ها له نشوند.

بادمجان‌ها را شسته و قسمت کلاهک آنها را با برس بشوید تا آلودگی‌ها پاک شود. سپس کلاهک بادمجان را برید و داخل بادمجان دلمه را با قاشق کوچکی خالی کنید. طوری که دیواره و ته آن به قطر ۱/۵ تا ۲ سانتی متر باقی بماند. داخل بادمجان‌ها را کمی آب نمک بریزید و آنها را چند دقیقه‌ای در آبکش قرار دهید تا تلخی شان گرفته شود. سپس بادمجان

به سازماندهی وسایل بپردازید.

۷- برخی وسایل ممکن است جای مشخصی نداشته باشند اما لازم باشد آنها را در کمد قرار دهید. برای این وسایل یک جعبه مخصوص تهیه کنید و همه را در آن قرار دهید تا پخش و پلا نشوند و هر وقت نیاز داشتید بتوانید آن را از «جعبه همه چی» پیدا کنید.

۸- لباس‌ها را ضمن تا کردن به طور مرتب



و منظم لوله کنی و کنار هم در کشوی دراور یا کمد قرار دهید. به این ترتیب هم جای کمتری می‌گیرند و هم انتخاب و پیدا کردن یک لباس از میان آنها ساده‌تر خواهد بود.

۹- اگر کفش‌های خود را از جعبه بیرون بیاورید و در قسمت مخصوصی در کمد قرار دهید، می‌توانید خیلی راحت‌تر تنها با یک نگاه کفش مورد نظر خود را انتخاب کنید و فضای کمتری را هم به آنها اختصاص دهید.

۱۰- کمر بندها، روسری‌ها و کروات‌ها اغلب در دسرسازی می‌شوند چون یا از جالباسی سر می‌خورند و زمین می‌افتند یا در هم می‌پیچند. برای منظم کردن آنها از جعبه‌ها یا آویزهای مخصوص استفاده کنید. خرید چند آویز یا جعبه جدید قطعا به منظم بودن همیشگی کمدتان می‌ارزد.

۱۱- اگر قرار است وسیله‌ای را بالای کمد و

...پیش‌بازار سبزی

دلمه بادمجان

این روزها که وقت خوب دلمه پختن است، می‌توانید کنار دلمه‌های رنگارنگ فلفل و برگ مو و گوجه‌فرنگی، جایی هم برای دلمه بادمجان باز کنید. دلمه‌ای که بی شک از نگاه عاشقانه بادمجان، سلطان دلمه‌های دنیا لقب می‌گیرد!

● مواد لازم:

۶ عدد	بادمجان دلمه ای
نیم کیلو	سبزی دلمه
۱ قاشق	رب گوجه فرنگی
نیم کیلو	گوشت چرخ شده
یک فنجان	برنج نیم پز
۳ فنجان	آب گوجه فرنگی
به مقدار لازم	پیاز داغ
به مقدار لازم	آب لیمو
به مقدار لازم	نمک و فلفل

● طرز تهیه:

سبزی دلمه شامل تره، جعفری، مرزه، ترخون، شوید و پیازچه است. آنها را خرد کنید و کنار بگذارید. گوشت را با کمی روغن تفت دهید. سپس سبزی را به آن اضافه کرده و تفت دهید تا آب آن تبخیر شود. حالا پیاز داغ، رب، برنج و آب لیمو و نمک و فلفل را اضافه کرده و تفت دهید. آب گوجه‌فرنگی را روی مواد ریخته و در ظرف را بگذارید تا چند قل بزند و ضمن پختن گوشت و سبزی، آب گوجه‌ها کشیده شود.

...حافظه داری

کمد را چطور تمیز کنیم؟

کمدخانه تنها مهم‌ترین سامان‌دهنده‌های خانه شما هستند بلکه نظافت آنها می‌تواند نشان دهنده میزان کدبانوگری و سلیقه شما باشد. با رعایت این نکات می‌توانید کمد‌های مرتبی داشته باشید:

۱- سرتان را شلوغ نکنید و کار را از یک کمد آغاز کنید. یک روز برای ساماندهی این کمد وقت بگذارید و به طور عمقی آن را نظافت و مرتب کنید.

۲- از تمام فضاهای موجود استفاده کنید. طبقات، کشوها، حتی فضای روی در کمد را واری کنید. می‌توانید با چسباندن قلاب‌های آویز یا آویختن جا جورابی و جاکتی در کمد، فضای بیشتری در آن به وجود آورید. اگر لازم است کمد را طبقه بزنید یا داخل کشوها را با انواع تقسیم کننده‌ها، ساماندهی کنید.

۳- در حین کار حتماً یک سطل یا کیسه زباله و چند ساک یا کیسه تمیز برای جدا کردن لباس‌های فصل قبل، لباس‌های بخشیدنی و لباس‌های قابل تعمیر قرار دهید تا در حین نظافت، آنها را از دم‌دستان برداشته و همانجا منظم و مرتب کنید.

۴- هر وسیله یا لباسی را که به مدت بیش از یک سال از آن استفاده نکرده‌اید، به دیگران ببخشید چون به احتمال زیاد بعد از آن هم آن را استفاده نخواهید کرد.

۵- اگر در حین سازماندهی کمد به وسایلی برخورد کردید که متعلق به جای دیگری است، آن را کنار بگذارید تا پس از اتمام کار آنها را سر جای خود قرار دهید.

۶- کار را از بالای کمد به سمت پایین آغاز کنید و همه چیز را از کمد بیرون ریخته و روی زمین قرار دهید. طبقات کمد را تمیز کنید و سپس

چیزهایی که چاقان می کنند و شما نمی دانید!



مصرف نوشابه های رژیمی: تبلیغات را

کنید. مطالعات نشان داده است کسانی که به بیش از یک لیوان نوشابه رژیمی در روز مصرف می کنند همان اندازه وزن اضافه می کنند که دیگران یک لیوان نوشابه معمولی مصرف می کنند. برای کم کردن وزن باید تصمیم قاطعانه برای ترک مصرف نوشابه کنید. نوشابه های رژیمی کالری ندارند اما ترکیبات دیگر آن آسیب های جدی به سلامت انسان می زنند.

خواب کم: شاید فکر می کنید کم خوابی به شما تحریک می دهد. اما این یک تصور عوامانه و اشتباه است. کم خوابی نه تنها پیری شانی و خستگی می آورد بلکه باعث افزایش اشتها می شود و شما را تشویق به خوردن می کند. کم خوابی روزانه باعث

اگر به باشگاه ورزشی می روید به امید این که به تناسب اندام برسید اما همچنان اضافه وزن دارید شاید لازم است کمی بیشتر درباره این مسئله فکر کنید تا دلایل چاقیتان را پیدا کنید.

درک شما از ورزش و چاقی: حتما کسانی را می شناسید که با خوردن همبرگر دلخواهشان به هیچ وجه چاق نمی شوند در حالی که شما با خوردن یک ظرف سالاد کاهو یک کیلو وزن اضافه می کنید. مسئله این نیست که کاهو شما را چاق می کند. در واقع روشی که شما برای کم کردن وزن انتخاب کرده اید اشتباه است. ممکن است ورزش کنید اما ۵ دقیقه بعد از آن شروع به خوردن کنید و یا زمان مناسب خوردن و فعالیت بدنی را ندانید.

خمیازه، کولر مغز شماست!

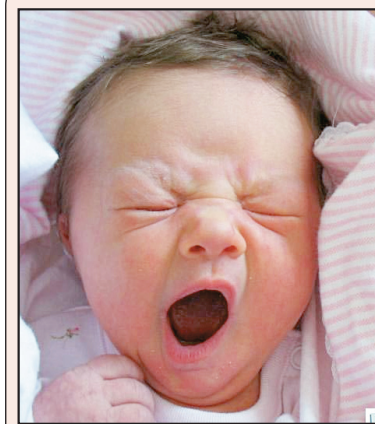
بدانید سیستمی مشابه این سیستم خنک کننده در پرندگان نیز گزارش شده است. در هنگام خمیازه، جریان خون در ناحیه گردن، سر و صورت افزایش پیدا می کند و هوای خنک وارد شده به بدن باعث کاهش دمای مایع نخاعی و خون می شود. کاهش دمای مغز باعث افزایش کارایی این سیستم پیچیده و بهبود خلق و خو می شود. در ادامه تحقیقات آمده است که فرکانس خمیازه در فصل های مختلف متفاوت است. نتایج این تحقیقات نه تنها در دانش فیزیولوژی کاربرد دارد؛ بلکه در درک بهتر بیماری های صرع و ام اس نیز موثر است. البته یادتان باشد، خمیازه های ممتد می تواند نشانه ای بر وجود نوعی اختلال در مغز باشد.

لایه شما هم تا امروز بر این باور بودید که علت اصلی خمیازه، اکسیژن رسانی به مغز یا خون است، ولی بررسی های اخیر محققان دانشگاه های وین، اتریش، فلوریدا، و دانشگاه ایالتی نیویورک نشان می دهد که دلیل اصلی خمیازه، تنظیم حرارت و خنک شدن مغز است. دمای مغز تابع عواملی مانند چرخه خواب، استرس و تحریک غشای مغز است. زمانی که دمای مغز افزایش می یابد، نیاز به خمیازه احساس می شود تا هوای خنک جایگزین هوای گرم ناحیه مغز شود. در خمیازه معمولاً دیواره نازک خلفی سینوس فک بالا مانند پمپ دم عمل می کند و مانند یک سیستم خنک کننده، دمای مغز را کاهش می دهد. جالب است

مصرف ۳۰ کالری اضافه در روز می شود. **دمای اتاق را پایین بیاورید:** دمای اتاق را پایین بیاورید. هر چقدر فضای خانه گرم و نرم تر باشد تمایل شما به خوردن بیشتر می شود و سوخت و ساز بدن بالاتر می رود. اما اگر کمی اتاق را سرد نگهدارید کمتر میل خوردن خواهید داشت و به طور طبیعی کالری می سوزانید.

پرخوری ممنوع! شما نمی توانید فقط با حذف کالری وزن کم کنید. در قدم اول باید عادت به زیاد خوردن را کنار بگذارید. شما نمی توانید خوردنی های فاقد کالری پیدا کنید و همیشه آنها را مصرف کنید. هر چیزی که شما آن را زیاد مصرف کنید شما را چاق می کند. شاید بعد از مدتی خوردن مواد کم کالری وزن کم کنید اما چون عادت به پرخوری دارید به محض خوردن یک غذای چرب ممکن است در خوردن آن افراط کنید و چاق شوید.

رابطه صمیمی استرس و چاقی: وقتی شما مدام استرس دارید تمایل زیادی به مصرف شیرینیجات پیدا می کنید. در واقع مغز شما تشویق تان می کند تا به خودتان با خوردن شیرینی پاداش بدهید. در وهله اول با خوردن شیرینی احساس شادی، آرامش و مثبتی پیدا می کنید اما کافی است که کمی استرس تان کم شود آن وقت است که متوجه می شوید چقدر کالری اضافه مصرف کرده اید پس تا آنجا که می توانید نگرانی ها را در خودتان کنترل کنید و هوشیارانه عمل کنید.



دعای خانوادگی فرمولی برای مرگ زودرس



اگر می خواهید مرگ زودرس را تجربه کنید، به دعوای خانوادگی تان ادامه دهید. اما اگر از مرگ زودرس بیزارید، بهتر است دعوای تان را کنار بگذارید و سعی کنید با آرامش مشکلاتتان را حل کنید. نگویید که ربط این ها را باور ندارید چون محققان به تازگی اعلام کرده اند؛ داشتن مشاجره مداوم با همسر، دوستان یا خویشاوندان خطر مرگ را در میانسانی افزایش می دهد.

علاوه بر این تحقیقات نشان می دهد بر خورد با نگرانی ها و توقعات اعضای نزدیک خانواده با خطر بالای مرگ مرتبط است. دانشمندان دانمارکی بر این باورند در این زمینه مردها و افراد بیکار بیشتر آسیب پذیر هستند.

گرچه تیم تحقیقاتی دانشگاه کپنهاگ مدعی است مشاجره مداوم خطر مرگ در زنان یا مردان را دو تا سه برابر حالت معمول زیاد می کند، اما محققان در توضیح عوامل حاضر در پس این موضوع ناتوان هستند.

تحقیقات قبلی حاکی از این بود که افراد دارای سطوح بالای اضطراب و توقعات از جانب همسر و کودکان و اشخاصی که عمدتاً با اعضای خانواده جر و بحث می کنند، در معرض خطر بالای بیماری قلبی و سکته مغزی هستند. بر اساس این مطالعات، داشتن شبکه حمایت اجتماعی مناسب و شبکه وسیعی از دوستان می تواند اثر مثبتی بر سلامتی داشته باشد. دانشمندان حاضر در پژوهش جدید بر این باورند واکنش های فیزیولوژیکی به استرس مانند فشار خون بالا و خطر بالای بیماری قلبی عروقی بیش از همه می تواند خطر بالای مرگ را توضیح دهد. به گفته آن ها، محرک های استرس زا در مردان باعث سطوح بالای کلسترول شده و این امر خطر بروز اختلال در سلامتی را به دنبال دارد. بد نیست بدانید جزئیات پژوهش انجام شده در مجله اپیدمیولوژی و سلامت اجتماع منتشر شده است.

قلقلکی برای باهوش شدن

اگر می خواهید فرزندان تان از همان دوران کودکی نابغه بار بیاید بد نیست به توصیه محققان در این باره توجه کنید: تحقیقات جدید نشان داده، قلقلک دادن آرام نوزاد می تواند به او در یادگیری زبان کمک کند. محققان بر این باورند والدینی که هنگام سخن گفتن با کودکان خود، به آرامی قلقلکشان می دهند، به آن ها در شناسایی کلمات طی جریان سیال کلام کمک می کنند. تیم علمی با بررسی ۴۸ نوزاد چهار ماهه در حال یادگیری زبان انگلیسی در «آزمایشگاه کلام نوزاد» دانشگاه پورديو آمریکا، به این نتیجه رسید حس لامسه کودکان با رشد زبانی آن ها بسیار بیش از آنچه تصور می شد، مرتبط است. تحقیقات جدید نشان می دهد لمس کردن کودکان به آنها در یافتن لغات در جریان کلام کمک کند. متخصصان زبان و علوم شنوایی دانشگاه پورديو معتقدند نوزدان باین لمس شدن ها طوری برخورد می کنند که گویی با آنچه می شنوند ارتباط دارد و بنابراین این لمس ها می تواند بر یادگیری لغت آن ها اثر گذار باشد.

یک صندلی ارگونومیک کاری

طولانی روی صندلی می نشینید باید تکیه گاه مناسبی برای سر تان پیدا کنید مخصوصاً اگر زیاد با تلفن حرف می زنید صندلی ای انتخاب کنید که پشتی سر داشته باشد.

برای انتخاب صندلی به نوع کارتان دقت کنید. آیا مدام با تلفن حرف می زنید؟ آیا در حین نشستن به سمت میز حرکت می کنید و ثابت نیستید؟ آیا مرتب پای کامپیوتر هستید؟ یا توجه به شرایطتان صندلی ای انتخاب کنید که با وضعیت تان سازگار باشد.

برای تهیه یک صندلی مناسب حتما خودتان برای خرید صندلی بروید. هیچ کس در شرایط فیزیکی شما نیست بنابراین خریدن صندلی به عهده خودتان است.

صندلی های کار با طراحی ها و ساختارهای متفاوتی عرضه می شوند؟ صندلی چرم اگر زیاد گرم تان می شود و یا استرس کاری تان بالا است مناسب نیست. بدنه بعضی از صندلی ها خشک است اگر کمسردرد یا ناراحتی ستون فقرات و گردن دارید صندلی ای که از کمر و گردن تان بیشتر محافظت می کند را انتخاب کنید.

صندلی خوب باید پشتی اش قابل تنظیم باشد و تا ۹۰ درجه قابل تغییر باشد. نشیمن گاه یک صندلی مناسب تمام مفصل ران و کفل را پر می کند. عمق این صندلی تا پشتی ۵ تا ۹ سانتی متر است طوری که فشاری رو کمر احساس نکنید.

پشتی سر زمانی که کاملاً به صندلی تکیه داده اید مانع افتادگی سر و فشار به گردن می شود. متأسفانه بیشتر صندلی ها پشتی سر ندارند. اگر ساعت های



یک صندلی مناسب و سازگار با بدن مانع بسیاری از صدمات و آسیب هایی که به کمر و پشت، گردن و مچ دست می شود و کارایی شما را در محل کار بالا می برد. برای پیدا کردن یک صندلی متناسب باید ویژگی های یک صندلی ارگونومیک را بشناسید و از نیازهای جسمی خودتان آگاه باشید. برای انتخاب صندلی به این نکته ها توجه کنید:

صندلی نباید زیاد بلند باشد. ارتفاع صندلی باید متناسب با قد باشد طوری که پاهایتان به راحتی روی زمین قرار بگیرد و از صندلی آویزان نشود. دسته های صندلی باید متناسب و راحت باشد و زمانی که دست هایتان را به آن تکیه می دهید احساس راحتی کنید. اگر با کامپیوتر کار می کنید این نکته ضروری تر است. دسته های صندلی باید با قد صندلی هماهنگ و تنظیم شده باشد و با وضعیت های مختلف نشستن قابل تغییر باشد. پشتی صندلی نیز باید مطابق با ستون فقرات شما طراحی شده باشد. پشتی باید به اندازه ای بلند باشد که شانه هایتان در آن قرار بگیرد. و ناحیه گردن تان را پر کند. یک



بود به تعهداتش عمل کند حتما تا آلا ن اعتیادش را ترک می کرد. این قول و تعهدات ارزشی ندارند و جان شما و فرزندتان را تهدید می کند.

اگر مجبور می شوید در مواقع خطر، فرار کنید از پیش برایش برنامه داشته باشید. کجا می توانید بروید؟ کدام دوست به شما پناه می دهد و این شرایط را درک می کند؟ شما قرار نیست برای همیشه زندگی را ترک کنید اما باید زمانی که این فرد جان شما را به خطر می اندازد راه فراری داشته باشید. تصمیم برای جدایی و ترک زندگی نیاز به بررسی همه جانبه شرایط دارد. اینکه امیدی به درمان نداشته باشید، دچار بحران روحی و مالی شده باشید و چقدر در معرض تهدید و آزار قرار دارید در تصمیم شما موثر است. هر چقدر اوضاع بدتر باشد خواه ناخواه زودتر تصمیم به جدایی می گیرید.

شماره تلفن مراکز امداد اجتماعی و روانی را بخاطر داشته باشید، با وکیل درمورد حقوق قانونی و عرفی خودتان حرف بزنید و در این زمینه اطلاعات به دست بیاورید. برای روز مبادا پولی را کنار بگذارید تا اگر مجبور شدید تصمیم جدی برای جدایی بگیرید از پس هزینه ها بر بیایید.

اشتباه فاحش

هرگز برای همسران مواد تهیه نکنید. به ویژه اگر او تصمیم به ترک گرفته ممکن است بخاطر فشار جسمی و ضعف در مقابله با التماس و خواهش به اندازه مسکن از شما بخواهد تا برایش مواد مخدر پیدا کنید. درد را نادیده بگیرید و عذر و بهانه را نپذیرید. او باید خوب شود و وقتی ترک ماده زیر نظر متخصص پیش می رود نباید با دلسوزی و ترحم در کار پزشک مداخله کنید.

فرصت بدهید

هیچ چیز یک شبه اتفاق نمی افتد. هیچ شفای فوری ای برای اعتیاد وجود ندارد اگر هر دو تصمیم گرفته اید این شرایط را تغییر بدهید باید تحمل کنید. شما باید مراقب خودتان باشید و شرایط را طوری پیش ببرید که روند درمان بدون تنش و درگیری باشد. تلاش همسران را ببینید و او را تشویق کنید. شاید مدام این ترس همرا هتان باشد که او هرگز درمان نشود. شما به هدفتان فکر کنید و منتظر بمانید. اگر این توان روحی را در همسران می بینید که به درمان پاسخ مثبت بدهد ارزشش را دارد که تلاش کنید و منتظر بمانید.

جدایی؟

تصمیم به جدایی به نوع ارتباط و دوستی شما وابسته است. چه سودی دارد اگر همراه این فرد زندگی کنید؟ چه چیزهای دیگری از دست می رود؟ آیا او هیچ امیدی برای ادامه این ارتباط باقی نگذاشته است؟ سهم شما در این بیماری چه بوده است؟ آیا زندگی تان را نجات می دهد اگر او را ترک کنید؟ آیا احساس می کنید مسئول این بیماری هستید؟ آیا اشتباهی در رابطه ناشویی تان داشته اید؟ این پرسش ها مهم است ابه آنها خیلی جدی فکر کنید.



آیا باید با اعتیاد زندگی کنید؟

چیزی که همسران مصرف می کند و تاثیراتش را بفهمید. گروه های تخصصی زیادی درباره اعتیاد و مواد مخدر فعال هستند شما می توانید عضو این گروه ها شوید، درباره مواد مطالعه و تحقیق کنید و با متخصص و کارشناس ارتباط داشته باشید. شما معتاد نیستید اما باید حداقل با یکی از این گروه های وابسته به تشخیص و درمان اعتیاد ارتباط داشته باشید. آنها به شما می آموزند اعتیاد چیست؟ چه باید بکنید؟ علائم آن چیست؟ و انواع کتاب و مجله و مقاله را در اختیار تان می گذارند. هر چقدر بیشتر بدانید بهتر رفتار می کنید و بهتر به همسران کمک می کنید. با این حال شما در همین حد محدود نمی شوید. اگر زمان زیادی است که درگیر این مساله هستید، فرزند دارید و با مشکلات مالی روبه رو شده اید نیاز به آموزش بیشتری دارید و راهکارهای بیشتری برای هر کدام از مسائل اصلی و جانبی این بحران نیاز دارید.

به امنیت فکر کنید

هیچ وقت امنیت خودتان و دیگران را به خطر نیندازید. هر کسی که در ارتباط با فرد معتاد است می تواند به راحتی در معرض خطر قرار بگیرد. اگر هر نوع اثری از انواع خشونت های خانگی و روانی را در زندگی با همسران احساس می کنید این زندگی را ادامه ندهید. هیچ توجیهی برای ادامه زندگی همراه با خشونت های پنهان و آشکار وجود ندارد، و اگر امیدی برای درمان و بهبود نمی بینید جان خودتان و فرزندتان را به خطر نیندازید. همسران ممکن است بارها و بارها به شما قول داده باشد که دیگر فحاشی و تنک کاری نکنند اما از کسی که تحت تاثیر مواد مخدر یا الکل است چه انتظاری دارید؟ اگر او قادر

را پیگیری کنید و برایش تلاش کنید.

مراقبت از خودتان به این معنی نیست که از همسران غافل شوید. با توجه به نوع بیماری او، حتی فعالیت های شما ممکن است ناراحتش کند و به شما حسادت کند او ممکن است مانع کار کردن شما شود؛ در این صورت چه باید بکنید؟ این چند پیشنهاد را به کار بگیرید:

- خلاق باشید - به همسران دروغ نگویند اما راهی پیدا کنید تا او را متقاعد کنید چرا باید این کارها را برای خودتان انجام بدهید. یادتان باشد وقتی همسران تحت تاثیر مواد است گفتگوی منطقی و عقلانی کارکردی ندارد.

- موقع مناسبی را برای گفتگو با همسران پیدا کنید. مثلا اگر او صبح ها حال بهتری دارد از فرصت استفاده کنید و درباره نیازها و خواسته هایتان در این ارتباط حرف بزنید. هیچ وقت قبل و موقع غذا خوردن با هم حرف نزنید، او به شما گوش نخواهد داد.

- از دیگران کمک بگیرید. چه کسی به شما و همسران نزدیک است؟ پدر و مادر یا خواهر و برادر یا یک دوست صمیمی؟ آنها می توانند واسطه ای برای گفتگو با همسران باشند یک فرد آرام، صمیمی و عادل که به دنبال اثبات حقانیت کسی نیست می تواند برای گفتگو و مذاکره با همسران موثر باشد. شاید او بتواند همسران را توجیه کند چرا باید شما را در کارهای شخصی تان رها کند و دخالت نکند.

یاد بگیرید

وقتی با اعتیاد زندگی می کنید باید بدانید با چه وضعیتی روبه رو هستید. باید مواد مخدر را بشناسید،

• ریحانه دوستدار

هر روز زندگی تان همین است. به خانه می آید و همسران را مشغول مصرف مواد غافل گیر می کنید؛ یا اینکه او را یک گوشه، افتاده در حال خلسه و هذیان پیدا می کنید. علاقه باعث می شود تا تلاش کنید همسران اعتیاد را ترک کند. به نتیجه نمی رسید، هیچ چیز تغییر نمی کند و او هنوز معتاد است.

چه کار دیگری باید انجام بدهید؟ چه راهکاری در دنیا وجود دارد که به همسران کمک می کند تا اعتیاد را ترک کند؟ پاسخ کمی غافلگیر کننده است.

شما نمی توانید دیگری را تغییر بدهید

این مساله سهل و ممتنع است. شما می خواهید همسران تغییر کنند اما این غیر ممکن است. چرا؟ چون او مواد را با علاقه و انگیزه خودخواسته و درونی مصرف می کند. خودتان را تصور می کنید که مجبور شده اید به زور کاری را انجام بدهید، حتی اگر آن کار منافع زیادی برایتان داشته باشد؛ چون «نمی خواهید» هرگز آن را به خوبی انجام نمی دهید. وقتی انگیزه درونی کافی ندارید در هیچ کاری موفق نمی شوید. همین مساله در مورد فرد معتاد صادق است، اگر او از مصرف مواد لذت می برد نمی توانید با هیچ نیرو و اجبار بیرونی او را وادار به ترک مصرف مواد کنید. او هر راه فرار و روش پنهانی را پیدا می کند تا این لذت را از دست ندهد. فرد علاقمند به مصرف مواد مخدر نسبت به درمان و روش های ترک اعتیاد واکنش منفی نشان می دهد و با خشونت رفتار می کند. حقیقت تلخ این است که تا وقتی او تصمیم نگیرد و مصرف ماده مخدر را بد نداند در مان نخواهد شد، تغییر نخواهد کرد و معتاد می ماند. اکنون شما چه باید بکنید؟

مراقب خودتان باشید

اگر می خواهید برای همسران موثر باشید، به او کمک کنید تا درمان شود و امیدی برای ادامه زندگی داشته باشید باید مراقب حال خودتان باشید. این خودخواهانه نیست چون شما باید از نظر جسمی، روانی و روحی و عاطفی برای همراهی با همسران سالم باشید. درمان فرد بیمار و مدارا با شرایط خاص او نیاز به تحمل و تاب جسمی و روحی بالا دارد. به اندازه کافی بخوابید، ورزش کنید و فعالیت های اجتماعی داشته باشید؛ اگر چه همه اینها وقتی به شرایط زندگی و رفتارهای بیمارگونه همسران نگاه می کنید بسیار سخت است. شما باید روزنه و معبری برای گذر از حال بد به حال خوب داشته باشید؛ خودتان را سرگرم کنید، با دوستانتان معاشرت کنید، سفر بروید، کتاب بخوانید، فیلم ببینید و هر کاری که حالتان را خوب می کند انجام بدهید.

بخشی از مراقبت و محافظت از خودتان فراهم کردن فرصت هایی برای پیشرفت و توسعه مهارت های شخصی است. اگر همیشه دوست داشته اید حرفه ای را یاد بگیرید یا درس بخوانید و مهارت جدیدی بیاموزید تا کار بهتری پیدا کنید آن

توصیه های عاشقانه

جدایی به وقت پیری

دیدن زنان و مردان میان سالی که تصمیم می گیرند بقیه عمرشان را در تنهایی بگذرانند، اتفاق تازه ای نیست. طلاق در سنین بالای ازدواج اتفاقی است که این روزها زیاد شاهد آن هستیم و روانشناسان خانواده می گویند علت اصلی طلاق در سنین بالا این است که زنان و مردان قبل از طلاق بیشتر به تربیت و مسائل مربوط به فرزندان مشغول هستند و وقتی آنها به سن ازدواج رسیدند و هر کدام تشکیل خانواده دادند تازه به فکر حل مشکلات خود و احتمالا اقدام به جدایی می افتند. این یعنی سیاست تحمل کردن و پشت گوش انداختن را در پیش گرفتن که البته نتیجه ای جز عمق گرفتن مشکلات ندارد.

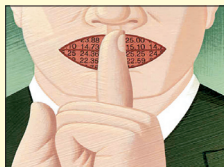


با این حال، روانشناسان روابط میان فردی می گویند اکثر جنجال ها بر سر مسائلی است که در آنها فکر کمتر از حرف زدن است و این در حالی است که یکی از راه های موفقیت در ارتباط مهارت «گوش دادن» است. باید حساسیت های یکدیگر را بشناسیم. یک بادکنک زیبا هم با فشار دادن می ترکد. از طرفی نباید شناخت حساسیت ها منجر به سوء استفاده و تهدید و سرزنش یکدیگر شود. شناخت حساسیت ها برای پیش بینی رفتار و عدم تحریک عصبی فرد مقابل است.

همسران و یافته ها

کم حرف می زنیم

یک خبر غمگین کننده این که میانگین صحبت کردن زوج های ایرانی با همدیگر ۱۷ دقیقه است. این عدد بر اساس تحقیقات انجام شده توسط گروه جامعه شناسی خانواده دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی ارائه شده و نشان می دهد خانواده های ایرانی زیادی درگیر



سکوت و سردی و طلاق عاطفی هستند. این تحقیق همچنین نشان می دهد که در شرایط فعلی جامعه به دلیل اشتغال بیش از حد زوجین میزان گفتگو میان آنان در طول شبانه روز به شدت کاهش پیدا کرده است. این موضوع از آنجا نگران کننده است که کارشناسان و متخصصین مسائل خانواده، صحبت نکردن را به عنوان یکی از عوامل اصلی طلاق عاطفی می شناسند. به جز این، قهر کردن های طولانی یکی دیگر از دلایل کم شدن میزان مکالمه زوج هاست. قهر شاید سریع ترین راه برای نشان دادن اعتراض یا ناراحتی باشد اما بهترین راه نیست. خانواده های زیادی به خاطر انتخاب این میانبر دچار دردسر شده اند و حتی به سمت جدایی سوق پیدا کرده اند. چیزی که باید یاد بگیرید صحبت کردن در مورد مشکلات است نه اعتراض کردن و سرکوفت زدن. «کلامی کردن مشکلات» یک مهارت است که باید آموخته شود و به جای رفتارهای خشونت آمیز به کار برود.

باز کند؟ از قفل کودک استفاده کنید. بست های کمدها را برای همین کار طراحی شده اند. چندین بست کمدها را تا هم امنیت کودک را تامین کنید و هم جلوی ریخت و پاش را بگیرید.

آسان گیر باشید

حساسیت را کنار بگذارید. هر چقدر هم زحمت بکشید او بالاخره خانه را کمی هم که شده شلوغ می کند. مهم نیست اگر چند کشوی پایینی کمدهایش شلوغ و نامرتب باشد. کودک نوپا باید کمی هم آزادی عمل داشته باشد. برای جمع کردن عروسک ها و خرده ریزهایش چند سبد مخصوص اسباب بازی تهیه کنید. یکی را در اتاق نشیمن و یکی را در راهرو و یکی هم در اتاق خوابش بگذارید. سبدها را متناسب با چیدمان خانه تهیه کنید، به محض اینکه کودک بازی با یک عروسک یا اسباب بازی را تمام کرد آنها را داخل سبد بگذارید. باین روش همیشه خانه نظم ظاهری درستی دارد.

نکته های بیشتر

کودک همیشه می خواهد در کنار شما باشد. به همین دلیل برای رسیدن با شما مدام جای بازی را عوض می کند و در هر اتاقی که شما می روید دنبالتان می آید و به همین ترتیب همه جا را بهم می ریزد. سعی کنید در ساعت های بیداری کودک مسیر رفت و آمد و کارتان را در خانه محدودتر کنید تا کودک مدام دنبال تان ندود و مجبور نشود دائم اسباب بازی جمع کند.

خانه و اتاق خواب کودک را با بهم ریختگی هایش رها نکنید. هر چقدر هم که خانه بهم ریخت سعی کنید تا حدودی آن را مرتب کنید. کودک نظم را از شما می آموزد. اگر سهل انگار باشید در سال های بعد هم نمی توانید کودکی مرتب و با نظم تربیت کنید. از همان سنین نوپایی به کودک نشان بدهید مرتب بودن چه اهمیتی دارد.

برای کودک شوق و انگیزه ایجاد کنید. به جای امر و نهی برای جمع کردن اسباب بازی ها و را با بازی و ایجاد هیجان تشویق کنید تا مرتب کردن را بخشی از لذت بازی بدانند. این جمله امری «جمع و جور کن» برای یک کودک نوپا خیلی کلی و غیر قابل فهم است. بگویید «اول ماشین ها رو مرتب کن» «حالا لگوها رو بریز توی سبد».

بعد از اینکه کودک اتاقش را به هر ترتیبی مرتب کرد کارهایش را فوراً اصلاح نکنید. اجازه بدهید این مهارت به مرور زمان کامل شود. وقتی شما روتختی را خودتان صاف می کنید و اسباب بازی ها را دوباره مرتب می کنید او هر بار با سهل انگاری آنها را جمع خواهد کرد تا فقط رضایت اولیه شما را به دست بیاورد. به کودک تذکر بدهید که اتاق هنوز به نظر مرتب نیست و دفعه بعد باید بیشتر دقت کند.

اگر می خواهید کودک را در اتاقش تنها بگذارید و خودتان به کارهایتان برسید، از امنیت اتاق خواب مطمئن شوید. رنگ های بازی، خرده ریزهای پازل و لگو را جمع کنید. پنجره ها را ببندید و مراقب باشید کودک در اتاق خوابش حبس نشود.



چطور کودک کی مرتب داشته باشیم؟

راهکارهایی عملی برای جمع و جور کردن ریخت و پاش های کودک نوپا

اگر می خواهید کودک را به اتاق نشیمن بیاورید تا بازی کند از تخت پارک استفاده کنید. کودک را با اسباب بازی در تخت پارکش بگذارید و هم زمان خودتان با کودک حرف بزنید تا سرگرم شود. یک موسیقی شاد کودکانه پخش کنید تا کودک بخاطر محدود شدن در تخت پارکش بهانه گیری نکند. او حداقل یک ساعت در تخت پارکش سرگرم خواهد شد.

برای نظم بخشیدن به اتاق خواب کودک، یک سبد بزرگ مخصوص جمع آوری اسباب بازی ها

• ریخته دوستدار

حالا دیگر کودک تان از شیر خوارگی و خوابیدن و نشستن بیرون آمده و به یک کودک پر جنب و جوش و شلوغ و پر ریخت و پاش تبدیل شده است. بعد از ظهرها که به خانه می آید او از یک طرف در تمام مسیر خانه اسباب بازی می ریزد و اتاقش را پر از لباس و لگو و عروسک می کند و از آن طرف شما همه اش در حال جمع کردن هستید. چطور می توانید این ریخت و پاش ها را کمتر کنید؟

اتاق کودک را جذاب کنید

استفاده از رنگ ها و شکل های مناسب کودک را به مانند در اتاق خواب و بازی علاقمند می کند. البته این همه راهکار نیست چون کنجکاوی کودک فراتر از این است که با چند رنگ و چند شکل برای چند ساعت سرگرم شود. اما استفاده از رنگ های روشن و شاد در اتاق کودک او را بیشتر در اتاق خوابش سرگرم می کند و لاقال این امید را خواهید داشت که همه خانه را به آشفته بازار تبدیل نمی کند.

در میان شکل، رنگ و نوع اشیا کودکان بیشتر از هر چیز به رنگ ها اهمیت می دهند. رنگ های اصلی زرد و قرمز برای کودکان جذابیت بیشتری دارند. شکل های مثلث و مربع و دایره بیشتر از شکل واقعی اشیا برای کودکان جذابیت دارند. برای تزئین اتاق کودک از این اشیا استفاده کنید.

خرده ریز ممنوع

خرده ریزها را از دور و بر کودک جمع کنید. در طول هفته مجبور نیستید همه اسباب بازی ها و لگوها و پازل ها را در دسترس بچه قرار بدهید. خرده ریزها را در قفسه های بالای کمد جاسازی کنید تا مجبور نباشید هر لحظه یک تکه پازل و لگو را از زیر پاتان جمع کنید.

یک تجربه

چطور کودکم نظم را یاد گرفت؟

من دو تا بچه شیطان و بازگوش دارم. اما شما هر زمانی که به اتاق خواب بچه هایم بروید، اتاق هایشان تمیز و مرتب است. من این را مدیون آموزش های مهد کودک هستم. آنها از ۳ سالگی به مهد کودک رفتند و یاد گرفتند هر وقت بازی کردن تمام اسباب بازی ها را جمع کنند. بسیاری از مادران شاغل نگران شیوه های تربیتی کودک در مهدکودک ها هستند. آنها معمولاً در هر خطایی که از کودک سر می زند خود را مقصر می دانند. «چون من در خانه و در کنار کودکم نیستم او اینگونه رفتار می کند». در حالی که آنچه در تربیت کودک مهم است شیوه تربیتی است. ممکن است مادری خانه دار هرگز نتواند یک رفتار ساده مثل جمع کردن اسباب بازی ها را به کودکش یاد بدهد اما یک مادر شاغل با همراهی مربی های مهد کودک این عادت را به کودکش آموزش بدهد. مهم ترین احساس گناه در مادران شاغل، فرستادن کودک به مهد کودک است. درست است که نقش اساسی در تربیت کودک به عهده شما و همسران است. اما مهد کودک نیز مزیت های خاص خودش را دارد شما هرگز در آموزش های اجتماعی و آداب رفتاری به اندازه مهدکودک تاثیر گذار نیستید. اگر کودکان را به مهد می فرستید و نگران هستید لازم است کمی اعتماد به نفس داشته باشید. شاید فکر کنید اگر یک مادر خانه دار بودید اینقدر روی ریخت و پاش خانه حساس نبودید و اجازه می دادید کودکان حداقل چند ساعت در روز آزادانه و بدون محدودیت در خانه بازی کنند و شما هم به اندازه کافی برای جمع و جور کردن خانه وقت داشتید. اما این احساس گناه کاملاً بی مورد است. کودک شما هم حق دارد تا اندازه ای ریخت و پاش داشته باشد و شما هم می توانید با راهکارهایی ساده و بدون هیچ نوع امر و نهی مستقیمی خانه را مرتب کنید و مهد کودک به عنوان یکی از بهترین شیوه های تربیتی به کمک شما می آید. کودکی که به مهدکودک می رود یاد می گیرد منظم باشد و مطابق با اصول رفتار کند.

اشتباهات رایج

تلویزیون خاموش



از مضرات زیاد تلویزیون دیدن بچه ها بسیار شنیده اید. اما شاید ندانید که بچه ها به جز انزو و یادگیری خشونت و چاقی، ضرر دیگری هم از زیاد تلویزیون دیدن می برند و آن مشکل یادگیری است. اگر تلویزیون برای شما حکم سرگرمی و ساکت کننده بچه را دارد و به کودکان اجازه می دهید تا زمان زیادی را پای تلویزیون بشنید همین امروز رویه خود را عوض کنید. کودکان نوپایی که زمان زیادی را صرف دیدن تلویزیون می کنند، بعداً با مشکلات عدیده ای در یادگیری مواجه خواهند شد.

مطالعات نشان داده است کودکان زیر دو سال، قادر به درک آنچه که در صفحات تلویزیون و مانیتور می بینند، نیستند. کودکان نوپای خود را با خواندن، و کارهای خلاقانه دیگر، سرگرم کنید. با کودک خود صحبت کنید و او را تشویق کنید تا علاوه بر حرف زدن، گوش هم بدهد. او را با اسباب بازی هایی که در زندگی آینده اش ممکن است با آنها سر و کار داشته باشد آشنا کنید. کنار او بنشینید و با هم خمیر بازی کنید، دفتی را رنگ کنید و سعی کنید به ابرها نگاه کرده و نقش و نگار آنها را کشف کنید. در واقع هر کاری بکنید تا کودک خود را از تلویزیون دور نگه دارید!

بچه ها و یافته ها

شما فرزندان را کوتاه قد می کنید!



شاید برایتان عجیب باشد اما محققان می گویند محرومیت از محبت والدین قد کودکان را کوتاه می کند! دلیل اصلی این مساله آن است که افسردگی خواب کودک را مختل می کند و به علت ترشح هورمون رشد که در زمان خواب و استراحت به ویژه مراحل ۳ و ۴ خواب اتفاق می افتد، کودک رشد کافی نخواهد داشت. بنابراین اگر کودکی تا قبل از ۱۱ سالگی به هر دلیلی دچار افسردگی شود، رشد قد او با مشکل مواجه می شود. این افسردگی بیشتر در نتیجه محرومیت از محبت والدین مخصوصاً مادر رخ می دهد. معمولاً مادرانی که به دلیل داشتن همسر معتل یا مشکلات دیگر نمی توانند به کودک خود توجه کنند، او را در معرض آسیب های جسمی و روانی قرار می دهند که کوتاه ماندن قد یکی از آنها است. افسردگی کودکان نسبت به بزرگسالان متفاوت است. کودکان افسرده بیشتر به مادر خود می چسبند و از او جدا نمی شوند. آنها افسردگی خود را با پر خاشاگری نشان می دهند. بنابراین والدین و اطرافیان دنبال علائمی مانند کم اشتها و کم خوابی در کودک نباشند چرا که کودکان افسرده علائمی متفاوت دارند و با قشقرق راه انداختن افسردگی شان را نشان می دهند. محرومیت جزیی و مقطعی در صورتی که رفتار والدین و منابع حمایتی کودک تغییر کند جبران می شود.

چهل سال پیش...

تمامی مطالب از روزنامه اطلاعات روز پنجشنبه ۹ خرداد ۱۳۵۳، (برابر با ۷ جمادی الاول ۱۳۹۴، ۲۹ مه ۱۹۷۴) نقل شده است

خواهران بهم چسبیده شیرازی جدا میشوند

هفته آینده، بیمارستان نمازی شیراز، رازی را که حدود یک سال و نیم مخفی نگاه داشته بود آشکار میکند و یک تیم از جراحان ورزیده این بیمارستان با نظارت دانشگاه پهلوی، درباره جدا کردن دو کودک بهم چسبیده فیروزآبادی که از یکسال و نیم قبل در بیمارستان بطور پنهانی نگهداری میشوند تصمیم خواهند گرفت.

منوچهر فتحي نژاد، خبرنگار اطلاعات در شیراز اولین خبرنگاری است که به این راز دست یافته و درباره چگونگی تولد و نگهداری این دو کودک بهم چسبیده تحقیقات کاملی انجام داده است. او می نویسد: این دو نوزاد بهم چسبیده که هر دو دخترند، یکسال و نیم قبل در بیمارستان شیر و خورشید سرخ فیروزآباد بدینا آمدند. آنها از ناحیه سر بهم چسبیده اند. دو خواهر همان موقع به بیمارستان نمازی شیراز منتقل شدند تا درباره آنها بویژه درباره امکان جداسازی شان تصمیم گرفته شود ولی چون هر دو کودک ضعف جسمانی داشتند، انجام عمل جراحی برای هر دو آنها خطرناک بود و بهمین جهت پزشکان موقتا از جراحی و جداسازی آنها منصرف شدند.

خواهران بهم چسبیده، حالاتی متفاوت دارند. «لادن» شیطان و خنده رو سست ولی «لاله» اغلب اوقات غمگین و ساکت است. در مواقعی که «لاله» گریه میکند، «لادن» بدون توجه به گریه او، سر گرم خنده و بازی است.

توزیع گوشت گرم افزایش یافت

برمیزان توزیع گوشت گرم از امروز افزوده شد و در پایان دومین هفته عرضه گوشت گرم، نسبت توزیع گوشت گرم و سرد از ۵۰-۵۰ به ۷۰-۳۰ رسید.

برای هماهنگی بیشتر در کار توزیع گوشت در جلسه ای که بعدازظهر دیروز تشکیل شد تصمیم گرفته شد به نسبتی که دامداران داخلی به عرضه گوشت میافزایند سازمان گوشت کشور نیز توزیع گوشت گرم را افزایش دهد و بتدریج توزیع گوشت سرد کاهش داده میشود و گوشت گرم جانشین آن میگردد.

مدارس برای مطالعه آزاد دانش آموزان باز است

به مدارس تهران دستور داده شد که تا پایان خرداد ماه از ساعت ۶ تا ۱۹ برای مطالعه آزاد دانش آموزان باز باشند، هدف آن است که دانش آموزان با استفاده از کلاسها به مطالعه دروس پردازند. آقای نواب مدیرکل آموزش و پرورش تهران که این دستور را صادر کرده، بمدیران مدارس پایتخت خاطر نشان ساخته است در ساعاتی که مدرسه برای مطالعه دانش آموزان دایر است باید موجهات رفاه دانش آموزان تامین شود و بتوانند از امکانات مدرسه استفاده کنند.

درخواست کمک از ایران برای تولید برنج در ۱۳ کشور ساحل افریقا

دکتر مجیدی وزیر مشاور و رئیس سازمان برنامہ در آستانه سفر به کشورهای افریقائی زئیر و سنگال اعلام کرد، برای اجرای طرح تولید برنج در ۱۳ کشور ساحل افریقا یک موسسه به نمایندگی از طرف این کشورها از ایران تقاضای همکاری و کمک کرده است که این طرح هم اکنون مورد بررسی قرار دارد و پس از تأیید اعتبار لازم بمنظور کمک به اجرای این طرح تامین خواهد شد.

دکتر مجیدی در مورد سفر به سنگال و زئیر گفت: بدنبال توافقی که هنگام بازدید رئیس جمهوری زئیر در تهران انجام شد و سفری که نخست وزیر به داکار پایتخت سنگال کرد قرار شد یک هیات اقتصادی ایران نخست به زئیر و سپس به سنگال برود.

ذبیح الله صفا: تهرانیا، زبان فارسی را خراب کرده اند!

اصفهان: «تهرانیا» زبان فارسی را خراب کرده اند و برای نجات آن از دست مردم این شهر باید یک اقدام جدی و اساسی بعمل آورد.

قبل از ظهور امروز آقای دکتر ذبیح الله صفا دبیر کل شورای عالی فرهنگ و هنر که برای شرکت در سمینار راهنمایان فرهنگی وزارت فرهنگ و هنر به اصفهان سفر کرده است در تالار کاخ جوانان پیرامون زبان و ادبیات فارسی سخن گفت: وی در قسمتی از سخنان خود اظهار داشت: فارسی زبانان کشورهای افغانستان، پاکستان و هندوستان بطور کلی در مقابل زبان تهرانیا حیران میمانند و به هیچوجه آنرا نمی فهمند.

قاب امروز



آموزش های نظامی سخت پلیس چین / منبع: تلگراف

داستان کوتاه

یک سؤال

تصور کنید برنده مسابقه ای شده اید و جایزه شما این است که بانک هر روز صبح یک حساب برایتان باز می کند و در آن ۸۶ هزار و ۴۰۰ دلار پول می گذارد، ولی این کار دو تا شرط دارد. یکی اینکه همه پول را باید تا شب خرج کنید و گرنه هر مقدار اضافه بیايد از شما پس می گیرند. شرط بعدی اینکه که بانک می تواند هر وقت خواست بدون اطلاع قبلی حساب شما را ببندد و بگوید جایزه تمام شد.

پند بزرگان

- به لاک پشت ها نگاه کنید، آنها تنها وقتی پیشرفت می کنند که سرشان را از لاک خود بیرون می آورند.
- آنان که نمی توانند خود را اداره کنند ناچار از اطاعت دیگرانند.

ویکتور هوگو

جدول شرح در متن

۳۵۸۵	جلال محسن باغبان
از فرمان های نظامی	از غذاهای اصلی ایرانی
پ	پ
تلاقی	گ
مست رقیق شده	خداوند
فیلیم از سامان مقدم	زرف نگری
اجرا کننده برنامه ها	را دیدن یکدیگر
زبان آذری	عشق بیگانه
زمان استراحت	ثروت
آرایشگاه	قاتل
نوعی جواهر	وفات
سوک	کرم حشره
جنگ صدر اسلام	صد و یازده
محو کردن	ماه پرتابی
	همراه لرز
	عدد ماه
	حرف خوردنی
سختی ها	نوعی منحنی یا نمودار

امروز در تاریخ

شکست نیروهای اموی از مازندران

چند ماه پس از مرگ «حجاج» حاکم اموی کرمان و فارس که ماموریت پشتیبانی از حمله نظامی به مازندران و تصرف این منطقه از ایران را داشت که هنوز به تسخیر اعراب در نیامده بود، یزید ابن مهلب که از سوی دمشق مامور این کار شده بود ۳۱ ماه می سال ۷۱۴ میلادی به تنهایی دست به حمله زد که از مازندران ها شکست خورد و عقب نشینی کرد. ابن مهلب دو سال بعد دو واحد کوهستانی بر نیروی خود اضافه کرد و از سه نقطه به مازندران حمله برد که باز هم شکست خورد و با دادن تلفات سنگین عقب نشینی کرد.

مازندران ها و گیلانی ها بعدا، خود داوطلبانه مسلمان شیعه مذهب شدند و فشار نظامی اعراب در کار نبود. قبلا گروهی از مازندران های نگران سلطه اعراب بودند که در دوران ساسانیان افسران ارتش ایران را تامین می کردند و به اسپهبدان معروف بودند دست به مهاجرت از ایران زده بودند. خاندان اسپهبدان و گروهی دیگر از ایرانیان در سال ۷۱۶ میلادی به گجرات هند رسیدند و شهر سنجان (سنگان) را در این منطقه تاسیس کردند. این ایرانیان مهاجر، در هند به «پارسیان» معروف شده اند که پس از گذشت ۱۳ قرن همچنان به ایران و فرهنگ ایرانی وفادار مانده اند.

تعطیل کردن نشریات کم تیراژ تهران

در اجرای آیین نامه دولت وقت که بر پایه و استنتاج از قانون مطبوعات تدوین شده بود، از خرداد ماه سال ۱۳۴۲ در شهر تهران، روزنامه هایی که کمتر از ۵ هزار نسخه فروش داشتند تعطیل شدند. طبق این آیین نامه، به انتشار هفته نامه ها و مجله های کمتر از ۳ هزار تیراژ نیز پایان داده شد. این آیین نامه «تیراژ» را نسخه های به فروش رسیده تعیین کرده بود نه نسخه های به چاپ رسیده؛ درست به صورتی که در استاندارد جهانی تعیین شده تصمیم دولت در آن زمان (فروردین ۱۳۴۲)، وضعیت را مخصوصا بر کارکنان تحریریه های کیهان و اطلاعات سخت کرد زیرا مدیران این دو روزنامه که بازار کار را محدودتر از سابق دیدند باهم قرار گذاشتند که در صورت اخراج یک خبرنگار، مترجم یا نویسنده از یک روزنامه، روزنامه دیگر او را نپذیرد! این امر سبب شد که روزنامه نگاران بر تقویت سندیکا پافشاری کنند.

۲۲۰۰ تن بو اثر شکسته شدن یک سد کشته شدند

۳۱ ماه می سال ۱۸۸۹ در پی چند روز بارندگی شدید، سد «ساوت فورک» در ایالت پنسیلوانیای آمریکا شکسته شد و آب به ارتفاع ۱۸ متر شهر جانزتاون از مراکز تولید فولاد آمریکا رافرا گرفت که ویرانی فراوان ببار آورد و بیش از ۲ هزار و دویست تن نیز جان دادند. این شهر در دامنه کوه های آلگینی قرار دارد و ساکنان آن عمدتا از اعراب مهاجران آلمانی هستند.

www.iranianshistoryonthistoday.com

سودوکو

۱۰۷۲

				۲		۹	
۱	۹		۴			۷	
	۷	۲		۹		۳	۸
	۳		۲	۶			
۷							۴
			۴	۷		۳	
۹		۳		۲		۵	۶
	۱			۸		۲	۷
	۲		۹				

۸	۴	۵	۶	۹	۱	۷	۳
۷	۲	۳	۸	۴	۵	۶	۹
۶	۹	۱	۷	۲	۳	۸	۴
۵	۸	۴	۱	۳	۶	۹	۲
۹	۶	۷	۵	۸	۲	۱	۳
۱	۳	۲	۴	۷	۹	۵	۸
۲	۵	۸	۹	۱	۴	۳	۶
۴	۷	۶	۳	۵	۸	۲	۱
۳	۱	۹	۲	۶	۷	۴	۵

حل ۱۰۷۱